

Департамент образования Вологодской области
Бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Вологодской области
«Череповецкий технологический колледж»

Рассмотрено
на заседании методической комиссии
сервиса, услуг и легкой промышленности
Протокол № 1 от «02» 09 2019г.
Председатель МК Лебедева Ю.А./

УТВЕРЖДАЮ
Директор БПОУ ВО «Череповецкий
технологический колледж»
Прищеп А.В.
«02» 09 2019г.

СОГЛАСОВАНО
Председатель комитета по физической
культуре и спорту Мэрии г. Череповца
Мурогин А.В./



ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 06 ПСИХОЛОГИЯ

Основная профессиональная образовательная программа –
программа подготовки специалистов среднего звена

по специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

г. Череповец, 2019

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик:
БПОУ ВО «Череповецкий технологический колледж»

Разработчики: Комлева Е.И.

СОДЕРЖАНИЕ

		стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.06 Психология

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01. Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

учебная дисциплина «Психология» принадлежит к профессиональному циклу.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
- основы психологии личности;
- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
- возрастную периодизацию;
- возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- особенности общения и группового поведения в школьном возрасте;
- групповую динамику;
- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте, групповую динамику;
- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- основы психологии творчества;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;
- влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды);
- основы психологии тренировочного процесса;

- основы спортивной психоdiagностики.

1.4. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Психология».

Выполнение указанных универсальных видов деятельности будет способствовать формированию следующих общих компетенций (в соответствии с ФГОС по специальности):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно- спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **136** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 91 час;
- самостоятельной работы обучающегося 45 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	136
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	91
в том числе:	
практические занятия	24
курсовая работа (проект)	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	45
<i>Промежуточная аттестация в форме в форме экзамена</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Психология»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в психологию		20	
	<p>Содержание учебного материала. Предмет, задачи и методы психологии. Отрасли психологии. Практическое значение психологии в профессиональной подготовке педагогов в области физического воспитания и спорта. Понятие о психике, ее структуре и функциях. Психические процессы, психические состояния, психические свойства.</p> <p>Практическое занятие. Психика и сознание человека.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка докладов по темам: Развитие психологии как науки. Значение психологических знаний для спортивной деятельности. Принципы и методы исследования современной психологии.</p>	10	1
Раздел 2. Психические познавательные процессы		20	
	<p>Содержание учебного материала. Ощущение и восприятие. Понятие об ощущении и восприятии. Физиологические основы ощущений и восприятий. Классификация ощущений и восприятий. Основные закономерности ощущений. Особенности восприятий. Роль ощущения и восприятия в спортивной деятельности.</p> <p>Память и представления. Определение памяти. Основные процессы памяти. Индивидуальные различия памяти и ее развитие. Понятие о представлении. Его особенности и виды. Роль представлений в разучивании спортивных упражнений.</p> <p>Мышление. Понятие о мышлении. Его особенности и формы. Физиологические механизмы мышления. Логика и психология мышления. Мыслительные операции и виды мышления. Качества мышления. Роль мышления в спортивной деятельности.</p> <p>Воображение. Понятие о воображении. Виды воображения. Развитие воображения в процессе спортивной деятельности. Внимание. Понятие о внимании. Виды внимания и свойства внимания. Значение внимания в деятельности человека.</p> <p>Практическое занятие. Решение психологических задач по теме: «Ощущение и восприятие», «Внимание и память»,</p>	8	2
		4	

	«Представление и воображение, мышление и речь». Психические познавательные процессы и ИВС.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление опорных блок-схем по теме: виды и свойства ощущений и восприятий. Составление сравнительной характеристики ощущений и восприятий. Подготовить сообщение на темы по выбору: «Методы развития памяти у человека», «Психология творческого мышления», «Личностные особенности развития мышления», «Средства развития мышления». Подготовка мини презентаций по темам: «ощущения», «восприятие», «память», «мышление», «воображение», «внимание», «эмоции и чувства», «воля».	8	
Раздел 3. Основы психологии личности		25	
	Содержание учебного материала. Психологическая характеристика личности. Понятие «индивиду», «индивидуальность», «субъект», «личность». Психологические особенности личности. Факторы и движущие силы психического развития личности. Компоненты, входящие в структуру личности. Самосознание личности. «Я - концепция» развития личности. Психологическая характеристика деятельности. Теория деятельности А.Н. Леонтьева. Психологическая структура деятельности. Основные виды деятельности. Освоение деятельности: знания, умения и навыки. Понятие «ведущий вид деятельности». Спорт, как специальная область деятельности. Психология групп и коллективов. Понятие о группе и коллективе. Классификация малых групп. Групповая структура и динамика. Социально-психологические особенности спортивных групп. Лидерство и социально-психологический климат в спортивной группе. Воля и волевые действия. Физиологические основы воли. Волевые действия и их структура. Волевые качества личности и их формирование. Влияние спортивной деятельности на проявление и формирование волевых качеств личности.	14	2
	Практическое занятие. Определение типа темперамента. Определение акцентированных черт личности. Определение мотивации личности.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся: Изучить и законспектировать тему: «Волевые процессы в физическом воспитании и спорте». Подготовка мини презентаций по темам: «Психологическая характеристика личности », «Психологическая характеристика деятельности», «Психология групп и коллективов», «Общение и речь».	7	
Раздел 4. Психология состояния личности		19	
	Содержание учебного материала. Общая характеристика эмоций и чувств. Эмоциональные состояния и высшие чувства. Основные функции эмоций и чувств. Динамика эмоций и чувств. Роль эмоций в жизни человека и спортивной деятельности. Понятие стресса. Этапы стресса.	8	2
	Практическое занятие.	4	

	<p>Решение психологических задач по теме: «Психологические состояния». Определение уровня стрессоустойчивости. Основы психологии личности.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Подготовить сообщение на тему по выбору: «Совесть как высшее эмоционально-моральное чувство», «Любовь как нравственное чувство», «Стресс – развитие, влияние, борьба».</p>		
Раздел 5. Возрастная психология.		33	
	<p>Содержание учебного материала.</p> <p>Факторы развития психики человека. Особенности развития психики в онтогенезе. Концепция развития ребенка Л.С. Выготского. Возрастная периодизация. Возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности детей. Развитие нервной системы и физическое развитие. Психологические особенности школьного возраста. Особенности психофизического развития. Ведущий вид деятельности. Особенности общения и группового поведения школьников. Развитие познавательных процессов. Их развитие в процессе занятий физической культурой и спортом. Развитие эмоционально-волевой сферы личности. Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте.</p> <p>Определение дезадаптации и девиантного поведения. Понятие школьной и социальной дезадаптации. Психологические основы, предупреждение и коррекция дезадаптации и девиантного поведения.</p>	20	2
	<p>Практическое занятие.</p> <p>Решение психологических задач по теме: «Основы возрастной психологии».</p> <p>Возрастные особенности младшего школьного возраста.</p> <p>Основы возрастной психологии.</p>	6	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Составление блок-схем возрастного развития детей дошкольного и школьного возрастов.</p>	7	
Раздел 6. Основы психологии спорта		19	
	<p>Содержание учебного материала.</p> <p>Спорт как специфический вид деятельности. Психологическое напряжение и перенапряжение. Предсоревновательные психические состояния, причины их динамики. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности. Психологическое обеспечение физической, технической и тактической подготовки спортсменов. Психологические основы диагностики в спорте. Принципы и психологические основы отбора в спорте. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований. Основы психорегуляции в спорте. Основы психогигиены в спорте.</p>	7	2
	<p>Практическое занятие.</p> <p>Определение психической надежности.</p>	4	

	Гетеро- и аутотренинг. Основы психологии спорта и психодиагностика.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка мини презентаций по темам: «Развитие психических процессов под влиянием спортивной деятельности», «Развитие личности спортсмена под воздействием спортивной деятельности», «Психология личности учителя физической культуры и тренера».	8	
Всего:		136	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета психологии.

Технические средства обучения:

Компьютерная техника с лицензионным программным обучением, мультимедийный проектор, экран,

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. [ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛÓГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ 2-е изд., испр. и доп.](#)
Учебник и практикум для СПО Раменник Д.М. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
2. [ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА. Учебник и практикум для СПО](#)
3. Ловягина А.Е. - отв. ред Год: 2017 / Гриф УМО СПО
4. [ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО](#)
5. Сорокоумова Е.А. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
6. [ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ 2-е изд., пер. и доп. Учебное пособие для СПО](#)
7. Хилько М.Е., Ткачева М.С. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
8. [ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ. Учебник для СПО](#) Обухова Л.Ф. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
9. [ПСИХОЛОГИЯ 2-е изд., пер. и доп. Учебник и практикум для СПО](#) Обухов А.С. - Отв. ред. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
10. [ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА В 2 Ч. ЧАСТЬ 1. ПСИХОЛОГИЯ. Учебник для СПО](#)
Сластенин В.А. - Отв. ред., Каширин В.П. - Отв. ред. Год: 2017 / Гриф УМО СПО

Дополнительные источники:

1. Психология и педагогика : учеб. пособие. Самыгин С.И., Столяренко Л.Д.- М : КноРус, 2016.
2. Психологические свойства спортсменов : учебное пособие / И.А. Юров. — Москва : Русайнс, 2017.
3. [ПСИХОЛОГИЯ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. Учебник и практикум для СПО](#)
Гонина О.О. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
4. [ПСИХОЛОГИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. Учебник и практикум для СПО](#) Кулагина И.Ю. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
5. [ПСИХОЛОГИЯ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ 5-е изд., пер. и доп. Учебник и практикум для СПО](#) Клейберг Ю.А. Год: 2017 / Гриф УМО СПО
6. Психологические свойства спортсменов: учебное пособие / И.А. Юров. — Москва : Русайнс, 2017.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять знания по психологии при решении педагогических задач; - выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся 	Практические занятия по учебной дисциплине «Психология», письменный стандартизированный опрос-задание.
<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой; - основы психологии личности; - закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности; - возрастную периодизацию; - возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности; - психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте; - особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте, групповая динамика. - понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения. - основы психологии творчества. - психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности. - влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды). - основы психологии тренировочного процесса. - основы спортивной психодиагностики. 	Тестирование, экзамен.

