

Министерство физической культуры и спорта Свердловской области
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Свердловской области
«Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)»

УТВЕРЖДЕНО:
Директор ГАПОУ СО «УОР № 1 (колледж)»

С.В. Степанов

Приказ № 12-10/17 от 30.08.2024 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИЦИПЛИНЫ
ОП.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

для специальности среднего профессионального образования
49.02.01 Физическая культура

/для студентов 2 курса на базе основного общего образования/
/для студентов 1 курса на базе среднего общего образования/

Екатеринбург
2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины	3
2. Структура и содержание учебной дисциплины	12
3. Условия реализации учебной дисциплины	26
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	28

**1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.02 «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»**

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.02 «Основы психологии» является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК 2.3, ПК 3.2, ПК 3.3.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК	Общие компетенции	Умения	Знания
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<ul style="list-style-type: none">• распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;• анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;• определять этапы решения задачи;• выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;• составлять план действия;• определять необходимые ресурсы;• владеть	<ul style="list-style-type: none">• актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;• основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;• алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;• методы работы в профессиональной и смежных сферах;• структуру плана для решения задач;• порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности

		<p>актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</p> <ul style="list-style-type: none"> • реализовывать составленный план; • оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) 	
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • определять задачи для поиска информации; • определять необходимые источники информации; • планировать процесс поиска; • структурировать получаемую информацию; • выделять наиболее значимое в перечне информации; • оценивать практическую значимость результатов поиска; • оформлять результаты поиска, применять средства 	<ul style="list-style-type: none"> • номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; • приемы структурирования информации; • формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; • порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.

		<p>информационных технологий для решения профессиональных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● использовать современное программное обеспечение; ● использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. 	
OK 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	<ul style="list-style-type: none"> ● понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; ● участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; ● строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; ● кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); 	<ul style="list-style-type: none"> ● правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; ● основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); ● лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; ● особенности произношения; ● правила чтения текстов профессиональной направленности

		<ul style="list-style-type: none"> • писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы 	
Профессиональный компетенции	Навыки	Умения	Знания
ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов.	<ul style="list-style-type: none"> • подготовки, оформления и презентации результатов методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчётов, методических разработок и др. • оформления портфолио профессиональных достижений 	<ul style="list-style-type: none"> • готовить, оформлять, представлять и защищать результаты методической, исследовательской и проектной деятельности • представлять результаты собственной профессиональной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> • требования к оформлению результатов методической и исследовательской деятельности • процедуры выступления и защиты результатов методической и исследовательской работы
ПК 3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.	<ul style="list-style-type: none"> • проведения учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической 	<ul style="list-style-type: none"> • понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности и запросы (детей и их родителей (законных представителей) • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в 	<ul style="list-style-type: none"> • требования нормативных документов, определяющие особенности организации образовательной деятельности при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта • содержание и методику реализации дополнительных общеразвивающих программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания

		<p>ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</p> <ul style="list-style-type: none"> использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы обучения (в том числе информационно-коммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом: <p>- задач дополнительной общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта;</p> <p>- состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей);</p> <ul style="list-style-type: none"> осуществлять электронное обучение, использовать 	<ul style="list-style-type: none"> формы и типы учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта характеристики различных методов, форм, приемов и средств обучения при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта особенности работы с обучающимися, одаренными в области физической культуры и спорта и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья требования обеспечения
--	--	--	---

		<p>дистанционные образовательные технологии (если это целесообразно);</p> <ul style="list-style-type: none"> • готовить обучающихся к участию в, соревнованиях 	безопасности жизни и здоровья обучающихся
ПК 3.3. Осуществлять контроль и учёт, оценивать и анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.	<ul style="list-style-type: none"> • педагогического наблюдения за обучающимися, анализа и интерпретации результатов педагогического наблюдения, с учетом задач, особенностей программы и обучающихся • контроля и оценки освоения дополнительных общеразвивающих программ, анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки • текущего контроля, помощи обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях • разработки рекомендаций по корректировке процесса освоения образовательной программы, собственной 	<ul style="list-style-type: none"> • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений • устанавливать соответствие средства, методы и приемы физического воспитания поставленным целям и задачам • создавать педагогические условия для формирования и развития самостоятельного контроля и оценки обучающимися процесса и результатов освоения образовательной программы • определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ 	<ul style="list-style-type: none"> • контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений • устанавливать соответствие средства, методы и приемы физического воспитания поставленным целям и задачам • создавать педагогические условия для формирования и развития самостоятельного контроля и оценки обучающимися процесса и результатов освоения образовательной программы • определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ

	<p>педагогической деятельности по результатам педагогического контроля и оценки освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта</p>	<p>обучающимися процесса и результатов освоения образовательной программы</p> <ul style="list-style-type: none"> • определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ • наблюдать за обучающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в рамках установленных форм аттестации • пользоваться контрольно-измерительными приборами • анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и обучающихся • использовать различные средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта • корректировать процесс освоения образовательной программы, собственную педагогическую деятельность по результатам педагогического контроля и оценки освоения общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта подходы к анализу учебных занятий по
--	--	---

		<p>особенностей программы и обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать различные средства (способы) фиксации динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной обще развивающей программы в области физической культуры и спорта • корректировать процесс освоения образовательной программы, собственную педагогическую деятельность по результатам педагогического контроля и оценки освоения обще развивающей программы в области физической культуры и спорта подходы к анализу учебных занятий по дополнительным обще развивающим программам в области 	дополнительным обще развивающим программам в области физической культуры и спорта
--	--	---	---

		физической культуры и спорта	
--	--	------------------------------------	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	108
в т.ч. в форме практической подготовки	70
в т. ч.:	
теоретическое обучение	53
практические занятия	27
курсовая работа (проект)	-
<i>Самостоятельная работа</i>	10
Промежуточная аттестация (экзамен)	18

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы психологии».

Наименование разделов и тем	№ учебного занятия	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад.часов	В форме практ.подготовки	В т.ч. в форме практических занятий и лаб.работ	В т.ч. в форме сам.работы	Коды компетенций, формированнию которых способствует элемент программы
		Раздел 1. Введение в психологию.	10	4	1	2	
Тема 1.1. Общее представление о психологии как о науке.		Содержание					
	1	Общее представление о психологии как о науке. Понятие психологии. Понятие и структура психических явлений. Связь психологии с другими науками. Структура современной психологии (отрасли психологии).	1				OK 01, OK 02, OK 09
Тема 1.2. Формированное психологического знания. Выделение психологии в самостоятельную науку.		Содержание					
	2	Этапы развития психологического знания в разные исторические периоды (изменение взглядов на предмет психологии от античности до нашего времени).	1				OK 01, OK 02, OK 09
	3-4	Основные направления психологии: бихевиоризм, психоанализ, гештальтпсихология, гуманистическая психология (понятие, представители, основные положения).	2				OK 01, OK 02, OK 09

	5-6	<i>Самостоятельная работа 1-2. Решение задач по разделу «Введение в психологию»</i>	2	2		2	OK 01, OK 02, OK 09
Тема 1.3. Методы психологии.	Содержание						
	7	Методы психологии. Понятия методологии, метода, методики. Основные методы психологии: наблюдение, эксперимент, беседа. Вспомогательные методы: опрос, тестирование, моделирование, социометрия, анализ продуктов деятельности, методы математической статистики и др.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
Тема 1.4. Понятие о психики и ее эволюция.	Содержание						
	8-9	Понятие о психики и ее эволюция. Понятие и функции психики. Этапы развития психики. Понятие раздражимости, чувствительности, инстинкта, навыка. Отличие психики животного от психики человека. Понятие сознания, характеристики, свойства. Бессознательное: понятие, функции. Связь мозга и психики.	2				OK 01, OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	10	Практическое занятие 1: Контрольная работа по разделу 1 «Введение в психологию»	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09
	Раздел 2. Познавательные психические процессы.		24	22	11	2	
Тема 2.1. Ощущение.	Содержание						

	11	Ощущение: Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация и свойства ощущений: пространственная локализация, длительность, модальность, интенсивность.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09
Тема 2.2. Восприятие.	Содержание						
	12	Восприятие: Понятие восприятия, общая характеристика. Виды образных явлений и специфика перцептивных образов. Свойства восприятия: первичные (пространственно-временные, модальность, интенсивность), производные (константность, предметность, целостность, обобщенность).	1	1			OK 01, OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	13	Практическое занятие 2: Лабораторная работа «Исследование особенностей визуального и кинетического восприятия»	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
	14-15	Самостоятельная работа 3-4. Решение психологических задач на тему «Ощущение и восприятие»	2	2		2	OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
Тема 2.3. Представлен	Содержание						
	16	Представление: Понятие представления. Общая	1	1			OK 01,

и.е.		характеристика. Виды представлений. Роль представлений в управлении движениями. Идеомоторная тренировка (суть, цели и принципы).					OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	17	Практическое занятие 3: Лабораторная работа «Оценка яркости представлений».	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
	Содержание						
Тема 2.4. Внимание.	18	Внимание: Понятие внимания. Функции внимания. Виды внимания. Свойства внимания (объем, распределаемость, переключаемость, концентрация, устойчивость). Типы внимания. Роль внимания в ФК и С. Реакция в спорте.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	19-20	Практическое занятие 4-5: Лабораторная работа «Распределение и переключение внимания».	2	2	2		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
	Содержание						
Тема 2.5. Мышление.	21	Понятие мышления. Общая характеристика. Основные виды мышления, их характеристика. Свойства мышления (родовые, видовые).	1				OK 01, OK 02, OK 09
	22	Виды мыслительных операций (сравнение, анализ, синтез, абстракция, обобщение, конкретизация, опосредование). Тактическое мышление в спортивной деятельности. Формы мышления (понятие, суждение, умозаключение). Уровни мышления.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09

		Понятие интеллекта.				
		В т.ч. практические занятия и лабораторные работы				
	23	<i>Практическое занятие 6: Лабораторная работа «Исследование наглядно-образного мышления».</i>	1	1	1	OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
	24-25	<i>Практическое занятие 7-8: Просмотр и анализ фильма «Клиповое мышление».</i>	2	2	2	OK 01, OK 02, OK 09
Тема 2.6. Речь.	Содержание					
	26-27	Речь: Понятие речи, связь речи с другими психическими процессами. Отличие языка от речи. Функции речи. Виды речи (внешняя: устная и письменная; внутренняя). Характеристики речи (информативность, понятность, выразительность). Стадии развития речи. Значение и функции речи в спорте.	2	2		OK 01, OK 02, OK 09
Тема 2.7. Память.	Содержание					
	28-29	Понятие памяти. Виды памяти. Мнемоника Нарушения памяти. Роль памяти в ФК и С.	2	2		OK 01, OK 02, OK 09
		В т.ч. практические занятия и лабораторные работы				
	30-31	<i>Практическое занятие 9-10: Лабораторная работа «Сравнение непосредственного и опосредованного запоминания»</i>	2	2	2	OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
Тема 2.8.	Содержание					

Воображение.	32	Воображение. Понятие воображение. Общая характеристика процесса воображения. Виды воображения. Понятие «мечта». Основные приемы воображения. Роль воображения в ФК и С. Воображение и творчество.	1				OK 01, OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	33-34	Практическое занятие 11-12: Контрольный семинар на тему «Роль и особенности проявления познавательных процессов в ИВС»	2	2	2		OK 01, OK 02, OK 09
		Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера личности.	10	8	5	-	
Тема 3.1. Общее представление об эмоциях.	Содержание						
	35	Понятие об эмоциях, их значение в жизни человека. Основные свойства эмоций. Функции эмоций. Связь эмоций с познавательными процессами.	1				OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.3
	36	Виды эмоций. Эмоции и чувства. Эмоциональные типы человека.	1				OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.3
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	37	Практическое занятие 13: Лабораторная работа «Оценка эмоционального состояния человека по выражению его лица»	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3, ПК 3.3
Тема 3.2.	Содержание						

Психические состояния.	38-39	Психические состояния. Понятие психических состояний. Общая характеристика. Отличие от эмоций. Понятие, характеристика и динамика основных психических состояний: аффекта, страсти, фрустрации, настроения, стресса.	2	2			OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.3
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	40-41	Практическое занятие 14-15: Лабораторная работа «Исследование психических состояний»	2	2	2		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3, ПК 3.3
Тема 3.3. Воля.	Содержание						
	42	Воля. Общая характеристика волевых действий. Основные механизмы волевого поведения. Стадии волевого действия (по С.Л. Рубинштейну). Волевые качества.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.3
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	43	Практическое занятие 16: Лабораторная работа «Исследование волевых качеств личности».	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
	44	Практическое занятие 17: Контрольная работа по разделу 3 «Психология эмоций, психических состояний и воли».	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3, ПК 3.3
	Раздел 4. Основы психологии личности.		17	15	5	2	
Тема 4.1. Общее	Содержание						
	45-46	Общее представление о личности в психологии.	2				OK 01,

представлени е о личности в психологии.		Соотношение понятий индивид, личность, индивидуальность. Понятие личности, соотношение биологического и социального в личности. Структура личности. Формирование и развитие личности.					OK 02, OK 09
Тема 4.2. Мотивация и деятельность.	Содержание						
	47-48	Понятие о мотиве, мотивации и отнаправленности личности. Понятие потребности. Основные характеристики потребностей. Отличие потребности от мотива. Структура потребностей по А. Маслоу.	2	2			OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	49-50	Самостоятельная работа 5-6. <i>«Мотивационная сфера физкультурно-спортивной деятельности» (письменно ответить на вопросы на примере ИВС).</i>	2	2		2	OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	51	Понятие деятельности. Соотношение понятий деятельность, действие, операция. Уровни деятельности (умение, навык, привычка). Характеристика основных видов деятельности (игра, учение, труд).	1	1			OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	52	Практическое занятие 18: Изучение мотивационной сферы по результатам диагностического исследования.	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3, ПК 3.2
Тема 4.3.	Содержание						

Темперамент.	53	Темперамент: История представлений о темпераменте. Понятие темперамента, его свойства. Типы темперамента.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	54	<i>Практическое занятие 19: Лабораторная работа «Определение типа темперамента»</i>	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
Тема 4.4. Способности.	Содержание						
	55	Способности. Понятие способностей. Общая характеристика. Природа способностей. Задатки. Виды способностей. Качественные и количественные характеристики способностей.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09,
Тема 4.5. Характер.	Содержание						
	56-57	Характер: Понятие характера. Связь характера с темпераментом. Понятие о чертах характера. Классификация черт характера.	2	2			OK 01, OK 02, OK 09
	58	Понятие акцентуации личности. Классификация акцентуаций характеров (по К. Леонгарду, А.Е. Личко). Роль акцентуированных черт личности в спортивной деятельности.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	59-60	<i>Практическое занятие 20-21: Лабораторная работа «Определение типа акцентуации»</i>	2	2	2		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
	61	<i>Практическое занятие 22: Контрольная работа по разделу 4 «Основы психологии личности».</i>	1	1	1		OK 01, OK 02,

							OK 09
		Раздел 5. Основы возрастной психологии.	29	21	5	3	
Тема 5.1. Основные категории возрастной психологии	Содержание						
	62-63	Основные категории возрастной психологии. Предмет и структура возрастной психологии. Понятие развития. Области, факторы, процессы развития. Понятие возраста. Соотношение хронологического и психологического возраста.	2				OK 01, OK 02, OK 09,
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	64	Практическое занятие 23: Диагностика психологического возраста.	1	1	1		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
Тема 5.2. Периодизация возрастного развития.	Содержание						
	65	Психодинамический подход к пониманию развития (З.Фрейд).	1	1			OK 01, OK 02, OK 09,
	66	Концепция развития личности Э.Эрикsona.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09,
	67	Кризисы развития (по Л.С. Выготскому). Понятие кризиса, зоны ближайшего развития.	1	1			OK 01, OK 02, OK 09,

	68	Понятие ведущего вида деятельности (по Д.Б. Эльконину).	1	1			OK 01, OK 02, OK 09
	69-70	Самостоятельная работа 7-8. Решение психологических задач по теме «Основные категории возрастной психологии»	2	2		2	OK 01, OK 02, OK 09
Тема 5.3. Пренатальное развитие.	Содержание						
	71	Пренатальное развитие. Понятие пренатального развития, влияние среды на внутриутробное развитие. Тератогены.	1				OK 01, OK 02, OK 09
Тема 5.4. Психология раннего детства.	72-73	Психология раннего детства. Общая характеристика этапов раннего детства (младенчество и ранний возраст), задачи развития в раннем детстве. Кризис 1 года. Когнитивное, языковое, психосоциальное развития ребенка в возрасте от 0 до 3х лет. Кризис 3х лет. Значение физического развития в раннем детстве.	2	2			OK 01, OK 02, OK 09,
Тема 5.5. Психология дошкольника .	Содержание						
	74-75	Психология дошкольника. Общая характеристика и периоды дошкольного возраста. Особенности познавательного развития дошкольника. Игра как ведущий вид деятельности дошкольника. Развитие личности дошкольника. Физическое воспитание дошкольников. Влияние спортивно-тренировочных воздействий на развитие дошкольников.	2	2			OK 01, OK 02, OK 09,
Тема 5.6.	Содержание						

Психология младшего школьного возраста.	76	Психологическая готовность ребенка к школе. Кризис 7 лет. Трудности адаптации к школе. Психологические новообразования возраста. Учение как ведущий вид деятельности мл. школьника.	1					OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	77-78	Развитие личности мл. школьника. Основные средства физического воспитания и особенности спортивной подготовки в младшем школьном возрасте.	2	2				OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
Тема 5.7. Психология подросткового возраста.	Содержание							
	79-80	Психологические причины подросткового кризиса. Развитие познавательных процессов подростка. «Моторный кризис» подросткового возраста. Особенности физического роста. Учёт возрастных психологических особенностей подростка при занятии спортом	2					OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
Тема 5.8. Психология ранней юности.	Содержание							
	81-82	Задачи развития ранней юности. Когнитивное развитие юноши. Понятие жизненного поля личности. Ранняя юность как этап спортивного совершенствования.	2					OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы							
	83-84	Практическое занятие 24-25: Составление коллажа на тему «Мой жизненный путь личности»	2	2	2			OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3
Тема 5.9. Психология зрелого	Содержание							
	85-86	Психология зрелого возраста. Общая характеристика зрелости. Хронологические периоды взрослости.	2	2				OK 01, OK 02,

возраста.		Психология ранней зрелости. Кризис среднего возраста. Психология средней зрелости. Основы геронтопсихологии. Особенности спортивной деятельности в зрелом возрасте. Завершение спортивной карьеры.					OK 09, ПК 3.2
	87-88	<i>Самостоятельная работа 9 -10. Решение психологических задач по возрастным периодам.</i>	2	2		2	OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	89-90	<i>Практическое занятие 26-27 Контрольный зачет по разделу 5 «Основы возрастной психологии».</i>	2	2	2		OK 01, OK 02, OK 09, ПК 3.2
	91-108	Экзамен	18				OK 01, OK 02, OK 09, ПК 2.3, ПК 3.2, ПК 3.3

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Педагогики и психологии», оснащенный соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология: учебник для учреждений СПО: ЭУМК. – Москва: Издательский центр «Академия», 2021. – 496 с.
2. Макарова, И. В. Общая психология: учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490034> (дата обращения: 12.08.2022).
3. Попов А.Л. Психология [Текст]: Учебное пособие для физкультурных ВУЗов и факультетов физического воспитания / А.Л. Попов – М.: Флинта: Наука, 2014.
4. Сорокоумова, Е.А. Возрастная психология. Краткий курс [Текст] / Е.А. Сорокоумова – СПб.: Питер, 2015. – 208 с.

3.2.2. Дополнительные источники

1. Бухарова, И. С. Психология. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования [Текст] / И. С. Бухарова, М. В. Бывшева, Е. А. Царегородцева. – 2–е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 208 с.
2. Васильева, Н. Н. Психология: учеб. пособие для СПО [Текст] / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. – 2–е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2018. – 234 с.
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций [Текст] / Ю.Б. Гиппенрейтер – М.,2012
4. Гогунов Е.Н., Мартынов Б.И. Психология физического воспитания и спорта [Текст]: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Е.Н. Гогунов, Б.И. Мартынов – М.: «Академия», 2000.
5. Ильин Е.П. Психология спорта [Текст] / Е.П. Ильин. – Питер, 2013
6. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания [Текст] / Е.П. Ильин. – М.,2000. – 486 с.
7. Крайг Г. Психология развития [Текст] / Г. Крайг, Д. Бокум. – 9-е изд. – СПб: Питер, 2010. – 940 с.
8. Маклаков А. Гщ. Общая психология [Текст] / А.Г. Маклаков — СПб.: Питер, 2014. — 592 с.

9. Попов А.Л. Спортивная психология [Текст]: Учебное пособие для спортивных ВУЗов / А.Л. Попов – М.: Флинта, 2014
10. Психология подростка. Полное руководство [Текст] // под ред. А.А. Реана – СПб.:прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 432 с.
11. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта [Текст]: Учебник для вузов / А.В. Родионов – М.: Академический Проект; Фонд «Митр», 2004.
12. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст]: в 2-х томах / С.Л. Рубинштейн. – М., 2002.

4. РОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p><i>Перечень умений, осваиваемых рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять знания общей психологии при решении психологических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности 	<ul style="list-style-type: none"> – использование знаний психологии при решении психологических задач; – поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей. 	<ul style="list-style-type: none"> – оценка результатов выполнения практической работы; – экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; – самосознание, Я-концепция; направленность личности; – эмоции, чувства, воля, темперамент; – индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, 	<ul style="list-style-type: none"> – знание предмета, задач и методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки; – понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека; – понимание сознания как формы отражения человеком действительности; – знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности; – анализ закономерностей формирования различных видов деятельности; – знание понятия, видов различных познавательных психических процессов; – понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека; – сравнение познавательных психических процессов; – знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности; 	<ul style="list-style-type: none"> – анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач;

<p>способности;</p> <p>- психологические особенности возрастного развития, возрастные кризисы, ведущий вид деятельности, психические новообразования возрастного периода.</p>	<p>– знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции;</p> <p>– оценка механизмов психологической защиты личности;</p> <p>– понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека;</p> <p>– знание основных типов темперамента;</p> <p>– понимание значения темперамента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека;</p> <p>– знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, способности);</p> <p>– понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека;</p> <p>– понимание возрастных психологических особенностей развития личности, их влияния на обучение и воспитание в спорте.</p>	
---	--	--

Настоящая рабочая программа учебной дисциплины «Основы психологии» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968.

Рабочая программа является приложением к образовательной программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Программа содержит общую характеристику учебной дисциплины, определяет структуру, содержание, условия реализации учебной дисциплины, контроль и оценку результатов освоения учебной

Разработчик(и) рабочей программы:

Букина М.В. - преподаватель общепрофессионального цикла, высшая квалификационная категория