**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ "КОЛЛЕДЖ "КАДРЫ ДЛЯ ЦИФРОВОЙ ЭКОНОМИКИ"   
(ПО АНО "КОЛЛЕДЖ "КАДРЫ ДЛЯ ЦИФРОВОЙ ЭКОНОМИКИ")**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебной дисциплины** OП.06. «Психология»   
**код специальность:** 49.02.03 Спорт

**квалификация:** тренер по виду спорта   
**форма обучения:** очная

**Махачкала, 2025**

Рабочая программа «Психология» составлена на основании ФГОС утвержденного Минобрнауки РФ от «21» апреля 2021 г, N.• 193 и учебного плана ПО АНО "Колледж "Кадры для цифровой экономики" по специальности среднего профессионального образования 49.02.03 Спорт.

# СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

1. [Паспорт рабочей программы учебной дисциплины 4](#_bookmark0)
2. [Структура и содержание учебной дисциплины 6](#_TOC_250001)
3. [Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины 10](#_bookmark1)
4. [Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины 11](#_TOC_250000)

# ПАСПОРТ РАБАЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Психология»

* 1. **Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология» является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее-ППССЗ), разработанной в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.03 Спорт, квалификация – тренер о виду спорта.

**Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ:** учебная дисциплина «Психология» является обязательной и входит в состав профессионального цикла (П) общепрофессиональных дисциплин (ОП).

1. Результатом освоения программы является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями: ОК 1 - 6, ПК 1.1-1.5, ПК 1.7 -1.9, ПК 2.1-2.2, ПК 3.1 -3.5

## Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Целью данной дисциплины является формирование у студентов системы психологических знаний, умений и навыков, способствующих повышению эффективности их профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

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

* + - Применять знания по психологии при решении педагогических задач;
    - Выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся;
    - Использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей, занимающихся;
    - - Составлять психолого-педагогическую характеристику личности обучающегося В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**
    - Особенности психологии как науки, её связь с педагогической наукой и практикой.
    - Основы психологии личности.
    - Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности, индивидуальности.
    - Возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учёт в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности.
    - Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте.
    - Особенности и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте.
    - Групповую динамику.
    - 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.
    - Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.
    - Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды).
    - Основы психологии тренировочного процесса.
    - Основы спортивной психодиагностики.

Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие; ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами,

руководством, клиентами;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ПК 1.1. Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта; ПК 1.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях; ПК 1.4. Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;

ПК 1.5. Организовывать соревновательную деятельность занимающихся по избранному виду спорта;

ПК 1.7. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию;

ПК 1.8. Проводить мероприятия по антидопинговой подготовке спортсменов;

ПК 1.9. Осуществлять профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта;

ПК 2.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;

ПК 2.2. Проводить и анализировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение спортивной подготовки и реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта; ПК 3.3. Систематизировать передовой опыт физкультурно-спортивной работы на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности тренеров;

ПК 3.4. Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий;

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

## 1.4. Количество часов, отведенное на освоение программы дисциплины, в том числе:

максимальная учебная нагрузка - 106 часов, в том числе: обязательная аудиторная учебная нагрузка - 82 часов; самостоятельная (внеаудиторная) работа - 20 часов;

экзамен- 4 часа.

# СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем**  **часов** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего):** | **106** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **82** |
| в том числе: |  |
|  лекционные занятия | 38 |
|  практические занятия | 42 |
|  консультации | 2 |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | **20** |
| в том числе: |  |
|  подготовка докладов | 16 |
|  написание рефератов | 4 |
| **Промежуточная аттестация в форме** : 4 семестр – экзамен | **4** |

* 1. **Тематический план и содержание учебной дисциплины «Психология»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** | **Уровень освоения** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Раздел 1. Введение в психологию** | | **12/8** |  |
| **Тема 1.1. Объект и предмет психологии. Понятия и отрасли психологии.**  **Основные методы психологии.** | **Содержание учебного материала:** | 6 |
| 1. Объект и предмет психологии. | 2 |
| 2. Цели и задачи психологии. |
| 3. Отрасли психологии. |
| 4. Классификация методов психологии. |
| 5. Наблюдение, эксперимент и психодиагностика. |
| ***Самостоятельная работа 1:*** Подготовка доклада на тему: «Исторические эпохи, в которых развивалась психология как наука»  ***Самостоятельная работа 2:*** Подготовка доклада на тему: «Развитие психологии в эпоху Возрождения». | 8 | 3 |
| **Тема 1.2. Основные методы психологии.** | 1.Понятие о методах в психологии | 6 |  |
| 2. Классификация методов психологии. |  |
| 3. Наблюдение, эксперимент и психодиагностика. |  |
| **Раздел 2. Психика, сознание и деятельность.** | | **12/4** |  |
| **Тема 2.1. Отражательная природа, структура и функции психики.** | **Содержание учебного материала:** | 6 |
| 1. Возникновение психики. | 2 |
| 2. Критерии психического отражения. |
| 3. Структура и функции психики. |
| 4 Стадии развития психики. |
| 5. Отличия психики человека от психики животных. |
| ***Самостоятельная работа 3:*** *Подготовка доклада на тему:* «Сущность неосознаваемых процессов и состояний». | 4 | 3 |
| **Тема 2.2. Теория**  **деятельности. Сознание, как высшая форма психики.**  **Структура** | **Содержание учебного материала:** | 6 |  |
| 1. Общее понятие о деятельности. | 2 |
| 2. Основные виды деятельности. |
| 3. Общая характеристика сознания. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **сознания.** | 4. Структура сознания. |  |  |
| **Самостоятельная работа 6:** *Подготовка доклада на тему: « Основные характеристики сознания и ее структуры»* | 2 | 3 |
| **Раздел 3. Психические процессы.** | | **12/4** |  |
| **Тема 3.1. Ощущения, восприятие, внимание** | **Содержание учебного материала:** | 6 |
| 1. Психологическая сущность ощущений. | 2 |
| 2. Сущность восприятия. |
| 3. Определение, виды и функции внимания. |
| **Тема 3.2. Воображения, память, мышление** | **Содержание учебного материала:** | 6 |  |
| 1. Сущность и виды памяти. | 2 |
| 2. Особенности развития памяти. |
| 3. Сущность, виды и функции воображения. |
| 4.Сущность, виды, операции и формы мышления |
| 5. Сущность и виды памяти. |
| **Самостоятельная работа 4:** *Подготовка доклада на тему: «Основные характеристики мышления»* | 4 | 2 |
| **Раздел 4. Психические состояния.** | | **18** |  |
| **Тема 4.1. Эмоции и чувства. Виды и функции эмоций.** | **Содержание учебного материала:** | 6 |  |
| 1. Сущность и функции эмоций. | 2 |
| 2. Основные виды эмоций и чувств. |  |
| 3. Эмоциональность как свойство личности. |  |
| **Тема 4.2. Воля. Ступени волевого действия.** | Содержание учебного материала: | 6 | 2 |
| 1. Природа и структура волевого действия. |
| 2. Формирование воли. |
| **Тема 4.3. Общее понятие о самосознании и его структуре.** | **Содержание учебного материала:** | 6 | 2  3 |
| 1. Общая характеристика самосознания. |
| 2. Структура самосознания. |
| **Раздел 5. Психические свойства.** | | **22/4** |  |
| **Тема 5.1.**  **Индивидуальные**  **особенности потребностей и мотивов.** | Содержание учебного материала: | 6 | 2  3 |
| 1. Общая характеристика потребностей и мотивов. |
| 2. Пирамида потребностей Абрахама Маслоу. |
| 3. Индивидуальные особенности потребностно-мотивационной сферы |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема 5.2. Темперамент. Типы и свойства**  **темперамента.** | **Содержание учебного материала:** | 6 |  |
| 1. Общее понятие о темпераменте. | 2 |
| 2. Типы и свойства темперамента. |
| **Тема 5.3. Характер. Формирование и типы характера.** | **Содержание учебного материала:** | 4 |
| 1. Общее понятие о характере. |
| 2. Свойства и проявления характера. |
| 3. Формирование характера. |
| **Тема 5.4. Способности, задатки. Общие и специальные способности.** | **Содержание учебного материала:** | 6 |
| 1. Общая характеристика задатков и способностей. |
| 2. Общие и специальные способности. |
| **Самостоятельная работа 5:** *Подготовка реферата на тему: «Специальные способности в ФКиС»* | 4 |
| **Консультация** | | **2** |  |
| **Экзамен** | | **4** |  |
| **Всего:** | | **106** |  |

# УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Психология»

* 1. **Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

**Оборудование кабинета:** комплект учебной мебели для обучающихся: письменные столы (20 шт), стулья (40 шт).

**Технические средства обучения:** Смарт-телевизор (1шт.).

Рабочее место преподавателя: ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду

## Информационное обеспечение обучения

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

### Основные источники:

1. Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / Р. С. Немов. **—** 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 243 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-9916-9196-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: [https://rucont.ru/efd/244884](https://urait.ru/bcode/490562)

1. Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 292 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-9916-9198-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: [https://urait.ru/bcode/492465](https://urait.ru/bcode/490563)

1. Фоминова, А.Н. Педагогическая психология : учеб. пособие / Т.Л. Шабанова; А.Н. Фоминова .— 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : ФЛИНТА, 2021 .— 320 с. : ил. — ISBN 978-5-9765-1011-1 .— URL: [https://urait.ru/bcode/492465](https://rucont.ru/efd/244884)

### Дополнительные источники:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е.

Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489183>

1. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 124 с. —

(Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный //

Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: [ЬЦр5://ига11.ги/Ьсобе/492465](https://urait.ru/bcode/492465)

### Интернет-ресурсы:

Доступ к электронно-библиотечным системам:

* Национальный цифровой ресурс Руконт:[https://rucont.ru/;](http://www.rucont.ru/)
* Образовательная платформа Юрайт: [https://urait.ru/.](https://urait.ru/)

# - 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения семинарских и практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Коды формируемых**  **профессиональных и общих компетенций** | **Результаты обучения**  **(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и оценки результатов**  **обучения** |
| ОК 1 - 6,  ПК 1.1-1.5,  ПК 1.7 -1.9,  ПК 2.1-2.2,  ПК 3.1 -3.5 | **В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:**   * Особенности психологии как науки, её связь с педагогической наукой и практикой; * Основы психологии личности; * Закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности, индивидуальности; * Возрастную периодизацию, возрастные,   половые, типологические и индивидуальные  особенности обучающихся, их учёт в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;   * Психологическое значение возрастно- половых факторов в физической культуре и спорте; * Особенности и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; * Групповую динамику; * 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; * Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); * Основы психологии тренировочного процесса; * Основы спортивной психодиагностики | * оценка устного опроса; * оценка защиты рефератов; * оценка подготовки докладов; * оценка   выполнения практических работ;  -экзамен. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:**   * Применять знания по психологии при решении педагогических задач * Выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся * Использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей, занимающихся; * Составлять психолого-педагогическую характеристику личности обучающегося |  |

* ​