|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Казахский национальный университет им. аль-Фараби**  **Силлабус**  **(PsyFkS2405, PSYFKS1106) Психология физкультуры и спорта**  **2017-2018 уч. год** | | | | | | | | | | | | |
| **Код дисциплины** | | **Название дисциплины** | | **Тип** | **Кол-во часов в неделю** | | | | | **Кол-во кредитов** | | **ECTS** |
| **Лек** | **Практ** | | **Лаб** | |
|  | | Психология физкультуры и спорта | | БПМ | 2 | 1 | | 0 | | 3 | | 5 |
| **Пререквизиты** | | | Общая биология | | | | | | | | | |
| **Лектор** | | | Борбасова Гульнур Нурсаиновна | | | | **Офис-часы** | | | | По расписанию | |
| **e-mail** | | | borbasova1984@mail.ru | | | |
| **Телефоны** | | | 87788618823 | | | | **Аудитория** | | | |  | |
| **Описание дисциплины** | | | Курс «Психология физкультуры и спорта» относится к числу прикладных отраслей психологической науки. Изучение данного курса студентами отделения физкультуры и спорт позволят им узнать основные идеи и подходы современной психологии спорта, будет способствовать формированию умений и навыков применения методик психологии спорта в педагогической практике и в спортивной деятельности. | | | | | | | | | |
| **Цель курса** | | | Освоение основных идей и подходов современной психологии спорта к спортивной деятельности, формирование навыков применения психологических методик в педагогической практике и их спортивной деятельности. | | | | | | | | | |
| **Результаты обучения** | | | При освоении курса «Психология физкультуры и спорта » студентам необходимо **знать**: основные методы современного психологического исследования, применяемы в спорте, актуальные проблемы взаимоотношений в спорте.  Бакалавр должен уметь**:** Разбираться в основных направлениях психологии, использовать полученные психологические знания в жизни, анализировать свою спортивную деятельность как систему;  Должен овладеть: Основными знаниями о психических процессах и свойствах как индивида так и группы, об основных понятиях и проблемах современной психологии, должен овладеть навыками анализа и рефлексии собственного поведения и поведения окружающих, навыками применения методик психологии спорта в педагогической и спортивной практике; | | | | | | | | | |
| **Литература и ресурсы** | | | Основная  1.Ким А.М. Психология спорта. - Алматы.: Изд-во КазНУ, 2007.-90 с.  2. Цзен Н., Пахомов Ю. Психотренинг: игры и упраженения.-М.: Класс, 2009. 3. Гогунов Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 288с. **Дополнительная:**  1. Рудик П.А. Психологические аспекты спортивной деятельности//Спортивный психолог, 2006.-2(8).-с.4-14.  2.Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта.- М.: Академический проект, «Мир», 2004.-576 с.  3. Родионов А.В. Практическая психология физической культуры и спорта.-Махачкала: Юпитер, 2002.-160 с.  4. Никифоров Г. С. Психология здоровья: Учеб. Пособие. - СПб.: Речь, 2002. - 460 с.  5. Ким В.С., Ким А.М.Влияние психологических факторов на горнолыжный травматизм //Спортивный психолог, 2006.- №1(7).-С.20-23.  5. Барчукова Г.В., Богушас В.М.М., Матыцин О.В. Психологическая подготовка//Теория и методика настольного тенниса.-М.: Академия, 2006.-С.304-312.  6.Ким А.М. Системный подход в современной психологии// Методологические проблемы общей психологии.-Алматы.: Изд-во КазНУ, 2003.-С.39-63.  **Доступно онлайн:** Дополнительный учебный материал по курсу, используемый для выполнения домашних заданий и проектов, будет доступен на вашей странице на сайте univer.kaznu.kz. в разделе УМКД. | | | | | | | | | |
| **Организация курса** | | | Это базовый профессиональный курс, в котором будет осуществлено освоение большого объема теоретического и практического материала по разделам – психология и спорт, личность спортсмена, психология соревновательной деятельности, спорт как профессиональная деятельность | | | | | | | | | |
| **Требования курса** | | | 1. К каждому аудиторному занятию вы должны подготовиться заранее, согласно графику, приведенному ниже. Подготовка задания должна быть завершена до аудиторного занятия, на котором обсуждается тема. 2. Домашние задания будут распределены в течение семестра, как показано в графике дисциплины.   При выполнении домашних заданий должны соблюдаться следующие правила:   * Домашние задания должны выполняться в указанные сроки. Позже домашние задания не будут приняты. * Домашнее задание должно быть выполнено – по указаниям лектора – в форме конспекта, эссе, сводной таблицы, реферата или коллоквиума. | | | | | | | | | |
| **Политика оценки** | | | **Описание самостоятельной работы** | | | | **Вес** | | **Результаты обучения** | | | |
| Домашние задания  СРС  СРСП  Экзамены  ИТОГО | | | | 35%  10%  15%  40%  100% | | 1,2,34,5,6  2,3,4  4,5,6  1,2,3,4,5,6 | | | |
| Ваша итоговая оценка будет рассчитываться по формуле  Ниже приведены минимальные оценки в процентах:  95% - 100%: А 90% - 94%: А-  85% - 89%: В+ 80% - 84%: В 75% - 79%: В-  70% - 74%: С+ 65% - 69%: С 60% - 64%: С-  55% - 59%: D+ 50% - 54%: D- 0% -49%: F | | | | | | | | | |
| **Политика дисциплины** | | | Соответствующие сроки домашних заданий или проектов могут быть продлены в случае смягчающих обстоятельств (таких, как болезнь, экстренные случаи, авария, непредвиденные обстоятельства и т.д.) согласно Академической политике университета. Участие студента в дискуссиях и упражнениях на занятиях будут учтены в его общей оценке за дисциплину. Конструктивные вопросы, диалог, и обратная связь на предмет вопроса дисциплины приветствуются и поощряются во время занятий, и преподаватель при выводе итоговой оценки будет принимать во внимание участие каждого студента на занятии. | | | | | | | | | |
| **График дисциплины** | | | | | | | | | | | | |
| **Неделя** | **Название темы** | | | | | | **Кол-во часов** | | **Макс. балл** | | | |
|  | **Модуль 1.**  **Психология, физкультура и спорт** | | | | | | 1 | |  | | | |
| 1 | **Лекция 1.** Психология физкультуры и спорта как специальная отрасль психологической науки | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 1 | **Семинар 1.** Предмет и задачи психологии физкультуры и спорта | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 2 | **Лекция 2.** Системная характеристика человека в спорте | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 2 | **Семинар 2.** Человек как система | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 2 | **СРС1**.Индивидные характеристики спортсмена в различных видах спорта. эссе | | | | | |  | | 10 | | | |
| 3 | **Лекция 3.** Психология тренерской работы | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 3 | **Семинар 3.** Цели и задачи тренера | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 3 | **СРС2**  Выделите и опишите основные психологические характеристики спортивной деятельности | | | | | |  | | 10 | | | |
| 4 | **Лекция 4.** Психология труда спортивного психолога | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 4 | **Семинар 4.** Цели и задачи спортивного психолога. | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 4 | **СРС3**  **Составление индивидуальных презентаций на тему П**роблема **с**ензитивного периода в разных видах спорта. Презентация. (Проблемно-ориентированный подход) | | | | | | 1 | | 10 | | | |
| 5 | **Лекция 5.** Спортивный психолог и тренер | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 5 | **Семинар 5.** Актуальные проблемы взаимоотношений тренера и психолога | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 5 | **СРС 4.**Сделать подборку и анализ документальных фильмов и видео роликов о известных тренерах в различных видах спорта. Составить психологический портрет успешного тренера. Проблемно-ориентированный подход. | | | | | |  | | 10 | | | |
|  | **Модуль 2.**  **Личность спортсмена** | | | | | |  | |  | | | |
| 6 | **Лекция 6.** Потребности и мотивы | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 6 | **Семинар 6.** Функции потребностей и мотивов | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 6 | **СРС5** Сравните понятия темперамент и характер и определите их влияние на спортивную деятельность. Презентация. (Проблемно-ориентированный подход) | | | | | |  | | 10 | | | |
| 7 | **Лекция 7.** Акцентуации личности | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 7 | **Семинар 7.** Основные виды акцентуаций личности спортсмена | | | | | | 1 | | 6 | | | |
| 7 | **Рубежный контроль 1** | | | | | |  | | 100 | | | |
| 8 | **Midterm Exam** | | | | | |  | | 100 | | | |
| 9 | **Лекция 8.** Я-концепция личности | | | | | | 1 | | 2 | | | |
| 9 | **Семинар 8.** Я-концепция личности спортсмена | | | | | | 2 | | 5 | | | |
| 9 | **СРС6** Оцение роль тренера и лидера в спортивном коллективе | | | | | |  | | 6 | | | |
| 10 | **Лекция 9.** Развитие и нарушения потребностей **и** мотивов | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 10 | **Семинар 9.** «Звездная болезнь» в спорте | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 10 | **СРС 7**. Самооценка личности спортсмена и ее формирование | | | | | |  | | 6 | | | |
|  | **Модуль 3**.  **Спорт как профессиональная деятельность** | | | | | |  | |  | | | |
| 11 | **Лекция 10.** Способности к различным видам спорта | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 11 | **Семинар 10.** Тактическое мышление в спорте | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 11 | **СРС8** Как можно предотвратить наступление «синдрома чемпиона»? Эссе-Самоанализ. **Личностно- ориентированный подход** | | | | | |  | | 6 | | | |
| 12 | **Лекция 11.** Специализированное восприятие в спорте | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 12 | **Семинар 11.** Виды специализированного восприятия | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 12 | **СРС 9** Критически оцените методы формирования оптимального эмоционального состояния перед соревнованием. Роль визуализации результата в спорте. Обсуждение в группе | | | | | |  | | 6 | | | |
| 13 | **Лекция 12.** Взаимопонимание и  взаимодействие в спорте | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 13 | **Семинар 12.** Взаимопонимание и взаимодействие в игровых видах спорта | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 13 | **СРС 10.** Факторы взаимопонимания в спортивном коллективе.Эссе | | | | | |  | | 6 | | | |
|  | **Модуль 4.**  **Психология спортивного соревнования** | | | | | |  | |  | | | |
| 14 | **Лекция 13.** Психологическая готовность к соревнованию | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 14 | **Семинар 13.** Психологическая неготовность к соревнованию | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 14 | **СРС 11** Конспект Главы «Предсоревновательные психические состояния» Стр. 36-42. Из книги Гогунов Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 288с | | | | | |  | | 8 | | | |
| 15 | **Лекция 14.** Регуляция психологического состояния на соревнованиях | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 15 | **Семинар 14.** Способы саморегуляции | | | | | | 1 | | 5 | | | |
| 15 | **СРС 12.** Саморегуляция в различных видах спорта.Самоанализ способов саморегуляции в своем виде спорта | | | | | |  | | 6 | | | |
| 16 | **Лекция 15.** Психологические факторы профилактики спортивного травматизма | | | | | | 2 | | 2 | | | |
| 16 | **Семинар 15.** Психопрофилактика травматизма | | | | | | 1 | | 5 | | | |
|  | **Рубежный контроль2.** | | | | | |  | | 100 | | | |
|  | **Итого** | | | | | |  | | 100 | | | |
|  | **Экзамен** | | | | | |  | | 100 | | | |

Декан факультета Масалимова А.Р.

Председатель методбюро Жубаназарова Н.С.

Заведующий кафедрой Мадалиева З.Б.

Лектор Борбасова Г.Н.