**СИЛЛАБУС**

**Весенний семестр 2018 уч. год**

**Академическая информация о курсе**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Код дисциплины | Название дисциплины | Тип | Кол-во часов в неделю | Кол-во кредитов | ECTS |
| Лек | Практ | Лаб |
|  **PS 6308**   |  Методика и организация сопровождения тренировочного и соревновательного процесса  | ОК | 1 | 1 |  | 2 | 4 |
| Лектор | Ташимова Фатима Сагымбековна доктор психол.н., и.о.профессора | Офис-часы | ФФиП вторник 11.00-14.00 |
| e-mail | E-mail:Fatima\_tashimova@mail.ru |
| Телефоны  | Телефон: сл.т. 2925717 (внтр.2131), дом.308 88 54, моб.8707 689 53 72 | Аудитория  |  ауд.401 |
| ассистент |  Ташимова Фатима Сагымбековна доктор психол.н., и.о.профессора | Офис-часы | вторник11.00-14.00  |
| e-mail |  E-mail:Fatima\_tashimova@mail.ru |
| Телефоны |  Телефон: сл.т. 2925717 (внтр.2131), дом.308 88 54, моб.8707 689 53 72 | Аудитория  | ФФиП, ауд.401 |
| Академическая презентация курса |  **Тип учебного курса**: Курс «***Методика и организация сопровождения тренировочного и соревновательного процесса***» направлен на раскрытие значимых проблем сопровождения в области спорта, связанных с подготовкой к соревнованиям и ежедневным тренировкам на основе анализа технологий и подходов в различных направлениях психологии. Это проблемы связанные с достижениями социальной психологии, направленной на оптимизацию взаимоотношений в спортивной деятельности (тренер-спортсмен, тренер-психолог, спортсмен -команда). Это проблемы, связанные с психофизиологическими особенностями и типологией, направленной на учёт биологических и конституциональных особенностей в процессе подготовки спортсмена. Это проблемы стрессоустойчивости и технологии снятия напряженности, направленных на раскрытие потенциальных ресурсов и способствующих познанию себя, своих достоинств и недостатков, стимулирующих продуктивные стратегии совладания с различного рода трудностями в процессе подготовки к соревнованиям **Цель курса:**  Курс предназначен, чтобы познакомить магистрантов с наиболее актуальными проблемами психологического сопровождения в процессе тренировочного и соревновательного периода в спорте, раскрыть различные подходы к их решению и стимулировать поиск новых возможностей, направленных на интеграцию различных направлений и технологий. **В результате изучения дисциплины студенты будут способны:*** демонстрировать знания о наиболее важных проблемах в процессе подготовки спортсмена и позициях, связанных с их решением.
* проводить сравнительный анализ различных стратегий и тактик раскрытия и регулирования человеческими резервами в спорте
* применять полученные знания в практике межличностного общения и процессе самоанализа и саморегулирования;
* планировать и организовать психологические исследования в спорте, отбирать наиболее приемлемые способы совладания со стрессом
* оценивать полученные результаты самоанализа после апробации технологий ;
* рефлексировать и объективно оценивать достижения спортсменов и проектировать систему деятельности для преодоления различных трудностей в спорте;
* определять направления дальнейшего личностного и профессионального развития, на основе использования современых технологии в процессе преодоления стресса, фрустрации, тревожности;
* логично презентировать свои мысли и убеждения, быть способным к сотрудничеству и позитивным способам, стимулирующих раскрытие резервных потенциалов себя и другого
* формировать целостное представление об эмпирических иследованиях в психологии как науке и практике;

- Использовать полученные знания в контексте своей будущей профессии и личной жизни.- Овладеют технологиями преодоления различных фобии в процессе выступления(воздействие болельщиков, противников и др.)  |
| Пререквизиты |  Основы консультирования в спорте, Социальная психология, Психодиагностика  |
| Постреквизиты |  Практикум специализации, Психотехнологии в спорте |
| Информационные ресурсы | **Учебная литература**:1. Хекалов Е.М. Неблагоприятные психические состояния спортсменов их диагностика и регуляция. Учебное пособие. М. Советский спорт, 2003
2. Байкова И.А.,Головкин А.А., Тарасевич Е.В. и др. Психотерапия в спорте. Учебно-методическое пособие. Минск, 20010, 89 с.
3. [Урсула Виртц](http://www.ozon.ru/person/19029446/), [Йогр Цобели](http://www.ozon.ru/person/19029459/). Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях. Пределы психотерапии Издательство: [Когито-Центр](http://www.ozon.ru/brand/857407/), 2012 г.- 328 стр
4. Keith D. Markman, [Travis Proulx,](http://www.apa.org/search.aspx?query=&fq=ContributorFilt:%22Proulx,%20Travis%22&sort=ContentDateSort%20desc)  Matthew J. Lindberg.The Psychology of Meaning. [American Psychological Association](http://www.apa.org/about/contact/copyright/index.aspx).2014 -508p
5. Визитей Н.Н. Социология спорта : курс лекций / Н.Н. Визитей. – К. : Олимпийская литература, 2005. – 248 с.
6. Гайл В.В. Краткая история физической культуры и спорта : учеб.-метод. пособие / В. В. Гайл ; Урал. гос. техн. ун-т – УПИ. – Екатеринбург : Изд-во УГТУ-УПИ, 2006. – 72 с.
7. Аронсон Э. Большая психологическая энциклопедия. Почему человек ведёт себя так, а не иначе. Психологические законы человеческого поведения. Спб.: Прайм»Еврознак», 2011, 558 с.
8. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л.П. Матвеев. – СПб. : Лань, 2009. – 384 с.
9. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физ. культура» / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М. : Академия, 2009. – 272 с.
10. Курамшин Ю.Ф. Спортивная рекордология: теория, методология, практика : монография / Ю.Ф. Курамшин. – М. : Советский спорт, 2005. – 408 с.
11. Никитюк Б.А. Интеграция знаний в науках о человеке (Современная интегративная антропология) : монография / Б.А. Никитюк. – М.: СпортАкадем Пресс, 2000. – 440 с.

 1.
 |
| Академическая политика курса в контексте университетских ценностей  | **Правила академического поведения:** Обязательное присутствие на занятиях, недопустимость опозданий. Отсутствие и опоздание на занятия оцениваются в 0 баллов.Обязательное соблюдение сроков выполнения и сдачи заданий (по СРС, рубежных, контрольных, лабораторных, проектных и др.), проектов, экзаменов. При нарушении сроков сдачи выполненное задание оценивается с учетом вычета штрафных баллов.**Академические ценности:**Академическая честность и целостность: самостоятельность выполнения всех заданий; недопустимость плагиата, подлога, использования шпаргалок, списывания на всех этапах контроля знаний, обмана преподавателя и неуважительного отношение к нему. Студенты с ограниченными возможностями могут получать консультационную помощь по Э- адресу Fatima\_tashimova@mail.ru |
| Политика оценивания и аттестации | **Критериальное оценивание:**оценивание результатов обучения в соотнесенности с дескрипторами, проверка сформированности компетенций на рубежном контроле и экзаменах.**Суммативное оценивание:** Ваша итоговая оценка будет рассчитываться по формуле $$Итоговая оценка по дисциплине=\frac{РК1+РК2}{2}∙0,6+0,1МТ+0,3ИК$$ |

**Календарь реализации содержания учебного курса:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Название темы** | **Количество часов** | **Максимальный балл** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1 |  **Лекция 1** Актуальные проблемы тренировочных и соревновательных процессов в психологии спорта  | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 1.** Анализ основных проблем в свете психофизиологии, психологии стресса и основных направлениях мировой психологии  | 1 | 6 |
| **СРСП:Сдача задания 1**. Основные проблемы в системе научных знаний о спорте | 1 | 17 |
| 2 | **Лекция 2**. Психофизиологические основы и процесс подготовки спортсмена | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 2.** Основные типологии высшей нервной деятельности по Павлову и процесс подготовки спортсменов.  | 1 | 6 |
| 3 | **Лекция 3.** Анализ основных типологии конституциональной психологии личности и процесс подготовки спортсмена | 2 | 1 |
|  | **Практическое занятие 3.** Проведите самоанализ по типу личности Кречмера, У.Шелдона и определите возможности их применения в спортивной деятельности . | 1 | 6 |
| **СРСП:Сдача задания 2.** Проведите самоанализ по типу личности У.Шелдона и определите основные показатели, характерные для Вас  | 1 | 17 |
| 4 | **Лекция 4.** Актуальные проблемы сопровождения в свете структуралистического подхода в психологии. | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 4.** Анализ исследований и проработка проблем личности спортсмена согласно структуралистического подхода  | 1 | 6 |
| 5 | **Лекция 5.** Актуальные проблемы сопровождения спортивной психологии в свете функционального подхода в психологии  | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 5.** Особенности влияния мышления на процесс подготовки спортсмена и возможности их преодоления  | 1 | 6 |
| **СРСП: Сдача задания 3.** Значение психофизиологических основ психических процессов и особенности их регулирования | 1 | 17 |
| 6 | **Лекция 6.** Актуальные проблемы психологического сопровождения в свете психоаналитического направления в психологии  | 2 | 1 |
|  | **Практическое занятие 6.** Потенциальные ресурсы влияния психоаналитических технологии в процессе подготовки спортсмена | 1 | 6 |
| 7 | **Лекция 7.** Детерминанты, определяющие проблемы продуктивности спортсмена. | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 7.** Проблема проработки различного рода фиксаций личности для самоэффективности спортсмена | 1 | 6 |
|  | **Рубежный контроль**1 Проведите анализ проблемных сторон взаимоотношений субъекта с миром и с собой.Рассмотрите возможные варианты преодоления трудностей. |  | 100 |
| 8 | **Лекция 8.** Актуальные проблемы сопровождения в тренировочном процессе в русле индивидуальной психологии.  | 2 | 1 |
| Практическое занятие 8. Проблемы взаимоотношения «спортсмен-спортсмен»  | 1 | 6 |
|  | **MidtermExam** | 1 | 100 |
| 9 | **Лекция 9.**  Актуальные проблемы сопровождения спорта в русле психологии взаимоотношений.  | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 9.** Проблемы оптимизации взаимоотношений «тренер-спортсмен» и «тренер- психолог» | 1 | 6 |
| **СРСП: Сдача задания 4.** Проведите анализ Ваших взаимоотношений с тренером и продумайте рекомендации для построения продуктивных отношений с ним.  | 1 | 13 |
| 10. | **Лекция 10.** Проблемы взаимоотношений с командой и стратегии их оптимизации | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 10.** Особенности гармонизаций отношений членов команды на основе разных типологий личности |  |  |
| 11. | **Лекция 11.** Проблемы взаимоотношений тренера и психолога в процессе подготовки спортсмена.  | 2 | 1 |
| Практическое занятие 11.  | 1 | 6 |
|  | **СРСП: Сдача задания 5.** Влияние типологии Юнга на организацию взаимоотношений в команде |  | 13 |
| 12 | **Лекция 12**. Проблемы процесса подготовки спортсмена к состязаниям в русле психологии стресса | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 12.** Стратегии самостимулирования и преодоления стресса в процессе подготовки. Проведите апробацию техник нервно-мышечной релаксации  | 1 | 6 |
| 13 | **Лекция 13.** Стратегии совладающего поведения в процессе преодоления стрессовой ситуации в процессе соревновательной деятельности | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 13** Основы нервно-мышечной релаксации (аутогенная тренировка, дыхательная гимнастика, технологии телесной терапии) | 1 | 6 |
| **СРСП: Сдача задания 6.** Проблемы отбора технологии работы с преодолением фрустраций и тревожности. |  | 13 |
| 14 | **Лекция 14.** Основы когнитивной психологии и процесс подготовки спортсмена к состязаниям | 2 | 1 |
| Практическое занятие 14. Стратегии преодоления напряжённости, фобий, неопределённости в русле когнитивно-бихевиоральной психологии | 1 | 6 |
| **СРСП: Сдача задания 7.** Проведите анализ проблем спортивной деятельности, связанной с преодолением фобий  |  | 12 |
| 15 | **Лекция 15.** Основы эко-бихевиоральной психологии и процесс подготовки спортсмена к состязаниям | 2 | 1 |
| **Практическое занятие 15.** Проблемы влияния окружающей предметно вещной и социальной среды (болельщиков) на результативность состязания  | 1 | 6 |
|  | **2 Рубежный контроль .**  Проведите анализ стратегий преодоления стрессовой ситуации в разных направлениях психологии |  | **100** |
|  | **Экзамен** |  | **40** |
|  | **ВСЕГО**  |  | **100** |

Преподаватель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ташимова Ф.С.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Мадалиева З.Б.

Председатель методического

 бюро факультета \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Жубаназарова Н.С.