|  |
| --- |
| **Казахский национальный университет им. аль-Фараби****Силлабус****(PsyFkS2405, PSYFKS1106) Психология физкультуры и спорта****Весенний семестр 2016-2017 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** | Садыкова Айнур ТурлыбековнаБорбасова 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 заданияСРС СРСП Экзамены ИТОГО | 35%10%15%40%100% | 1,2,34,5,62,3,44,5,61,2,3,4,5,6 |
| Ваша итоговая оценка будет рассчитываться по формуле $$Итоговая оценка по дисциплине=\frac{РК1+РК2}{2}∙0,6+0,1МТ+0,3ИК$$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 Садыкова А.Т.