Жалпы және қолданбалы психология кафедрасы

 " Спорт психологиясы " пәні бойынша

**СЕМИНАР ТАПСЫРМАЛАРЫ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Апта  | Тақырып атаулары | Сағат саны | Мах. балл |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| *І Модуль. Спорт психологиясы ғылымына кіріспе* |
| 1 апта | 1 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт және жеке адам. Спортшының тұлға ретінде қалыптасуы | **2** | **5** |
| 2 апта | 2 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт психологына қойылатын талаптар.Спорт психологиясының даму тарихы |  | **5** |
| 3 апта | 3 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт психологы және бапкер | **2** | **5** |
| 4 апта | 4 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорттағы адамның жүйелік сипаттамасы.Спортсмен индивид ретінде | **2** | **5** |
| 5 апта | 5 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт әрекетінің түрткілері Спорт психологиясында қолданылатын жаттығулар мен техникалар | **2** | **5** |
| **ІІ МОДУЛЬ. Спорт психологиясы мәселелері** |
| 6 апта | 6 практикалық (зертханалық) сабақ. Чемпион синдромы. Спорттық жарыстар психологиясы | **2** | **5** |
| 7 апта | 7 практикалық (зертханалық) сабақ. Спортта өзара түсіністік және өзара әрекеттестік.Спорт кәсіби іс әрекет ретінде  | **2** | **5** |
| 8 апта | 8 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорттағы мамандырылған қабылдау | **2** | **5** |
| 9 апта | 9 практикалық (зертханалық) сабақ. Спортсмендердің психикалық процестерінің дамуы жайында | **2** | **5** |
| 10 апта | 10 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт әрекетіндегі ерік-жігер және эмоциялар | **2** | **5** |
| 11 апта | 11 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт және денсаулық | **2** | **5** |
| 12 апта | 12 практикалық (зертханалық) сабақ. Жарыстарға психологиялық дайындық тренингтері мен әдістері | **2** | **5** |
| 13 апта | 13 практикалық (зертханалық) сабақ. **.** Психологиялық күйді жарыс кезінде бағдарлау | **2** | **5** |
| 14 апта | 14 практикалық (зертханалық) сабақ. Спорт және тұлғааралық қарым –қатынас  | **2** | **5** |
| 15 апта | 15 практикалық (зертханалық) сабақ. Тест. Курс бойынша қайталау сабағы  |  **2** | **5** |

**ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ**

1. Психология спорта: Хрестоматия/под ред.А.Е.Тарас. Харвест,2005.
2. Спорт психологиясын оқып үйренуге арналған әдістемелік нұсқаулар. Алматы, 2000
3. Ким А.М. Системный подход в современной психологии// Методологические проблемы общей психологии.-Алматы.: Изд-во КазНУ, 2003.-С.39-63.
4. Лоэр Дж. Некоторые аспекты психологической подготовки зарубежных теннисистов//Спортивный психолог, 2009.-№2(8).-С.90-94.
5. Pease Barbara&Allan. Why Men don’t Listen&Women can’t read maps.-L.: Orion, 2007.-300 p.
6. Голмохаммади Б. Сравнительный кросс-культурный анализ жизненных ценностей спортсменов Ирана и России//Спортивный психолог. №1(7) 2009-С.33-39.
7. Сопов В.Ф. Психологическая подготовка к максимальному спортивному результату.-Самара, 2010.
8. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры: Учебное пособие. - СПб.: Центр карьеры, 2009. - 368 с.
9. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта.- М.: Академический проект, «Мир», 2014.-576 с.
10. Некрасов В.П. Психорегуляция в подготовке спортсменов. –М.,2011
11. Психология спорта высших достижений /под ред. Родионова. –М.,2008

Малкин В.Р. Почему тренер и спортивный психолог не могут найти друг друга (из практики работы психолога)//Спортивный психолог, 2009.-№2(5

**Интернет-ресурстар:**

**1.** <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/ru/>

2. <http://www.studfiles.ru/preview/2231627/>

3. http://vseostresse.ru

4. http://vseostresse.ru/stress/

<http://www.nostress.ru/>

**Косымша**  **онлайн:** Спорт психологиясы курсы бойынша қосымша оқу материалысіздің univer.kaznu.kz. паракшаңыздағы ПОӘК бөлімінде болады.