

Министерство спорта Российской Федерации
 Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
 «Уральский государственный университет физической культуры»
 Межотраслевой региональный центр повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров

УТВЕРЖДАЮ
 Ректор ФГБОУ ВО «УралГУФК»,
 д.п.н., профессор  С.Г. Сериков
 « 01 » июля 2022 г.
 (протокол №12 заседания ученого совета от 01 июля 2022 г.)



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Психологические аспекты спортивной деятельности»

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			аудиторные занятия:			самостоятельная работа	
			всего	лекции	практические занятия		
1	Предстартовые состояния	8	6	4	2	2	Дискуссия, опрос
1.1	Неспецифические предстартовые состояния	2	2	2	—	—	
1.2	Специфические предстартовые состояния	2	2	2	—	—	
1.3	Техники регуляции предстартовых состояний	4	2	—	2	2	
2	Характер в спорте	10	8	4	4	2	Дискуссия, опрос
2.1	Черты характера и акцентуированное поведение	2	2	2	—	—	
2.2	Классификация типов характера по А.Е. Личко	4	4	2	2		
2.3	Методы воздействия и техники управления системой ценностей спортсмена в зависимости от типа характера	4	2	—	2	2	
3	Психологические особенности работы с самооценкой	8	6	4	2	2	Дискуссия, опрос
3.1	Структура самооценки спортсмена	2	2	—	2	—	
3.2	Диагностика самооценки спортсмена	2	2	2	—	—	
3.3	Техники оптимизации самооценки спортсмена	4	2	2	—	2	

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			аудиторные занятия:			самостоятельная работа	
			всего	лекции	практические занятия		
4	Гендерные аспекты восприятия информации	8	6	4	2	2	Дискуссия, опрос
4.1	Психологические закономерности субъективной динамики уровня сложности событий	2	2	2	–	–	
4.2	Влияние инстинкта самосохранения на поведенческий аспект в спорте. Общение и взаимодействие	2	2	–	2	–	
4.3	Особенности зрительного восприятия	4	2	2	–	2	
	Итоговая аттестация	2					Зачет
	ИТОГО	36	26	16	10	8	

СОГЛАСОВАНО

Проректор по планированию, стандартизации и цифровизации образовательного процесса

Начальник учебного отдела


Директор МРЦПК и ППК

Заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности









О. А. Клестова, к.п.н., доцент

И.А. Савенко

В. Я. Ботнер, доцент

Е. Г. Кокорева, д.б.н., доцент