

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

<b>Цель изучения дисциплины</b>	Целями освоения дисциплины «Психология физической культуры» – ознакомить слушателей с теоретическими основами в области психологии физической культуры; современными концепциями, понятиями и методами; раскрыть основные проблемы и методы психологической работы со спортсменами, тренерами и другими лицами, вовлеченными в деятельность в сфере физической культуры и спорта.
<b>Формируемые компетенции</b>	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины</b>	<p>В результате изучения дисциплины слушатель должен:</p> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– классификации эмоций; классификации типов характера;</li><li>– классификации репрезентативных систем; теоретических основ работы с юмором в физкультурной деятельности;</li><li>– классификации психологических защит;</li><li>– принципы диагностики и интерпретации результатов психологического тестирования;</li><li>– методы психологического воздействия на собеседника, методов активного социально-психологического обучения.</li></ul> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности воспитанников;</li><li>– корректировать черты характера и определять направление психологической работы с акцентуированным поведением обучающихся;</li><li>– критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от полученных результатов;</li><li>– осуществлять диагностику и интерпретацию на основе психологического тестирования; осуществлять выбор наиболее подходящих техник регуляции состояний;</li><li>– диагностировать основной тип характера и тип репрезентативной системы методом наблюдения, калибровки;</li><li>– эффективно взаимодействовать со всеми субъектами образовательного процесса; применять конструктивные методы психологического воздействия на партнера;</li><li>– подбирать соответствующие формы активного социально-психологического обучения в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.</li></ul> <p><b>иметь практический опыт (владеть):</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– способами установления контактов и поддержания эффективного взаимодействия со всеми субъектами образовательного процесса в сфере физической культуры в условиях поликультурной среды;</li><li>– конкретными методиками психолого-педагогической диагностики; владение техниками коррекции черт характера воспитанников;</li><li>– приемами эффективного общения;</li><li>– некоторыми техниками регуляции состояний обучающихся, саморегуляции.</li></ul>

	– аспектами самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни.
<b>Содержание дисциплины</b>	<p>1 Эмоции и чувства обучаемых  Эмоции и чувства занимающихся в физкультурном коллективе. Существующие классификации эмоций. Стенические и астенические эмоции. Преимущества классификации эмоций К. Э. Изарда. Интерес. Радость. Удивление. Презрение. Стыд. Вина. Злость. Страх. Грусть. Отвращение. Презрение. Аффективная экзальтация, ее признаки. Настроение, факторы, влияющие на его динамику у разновозрастных воспитанников. Фрустрация, стресс, депрессия: отличительные черты, ранняя диагностика. Психолого-педагогическая работа с эмоциями воспитанников: диагностика методом нейролингвистического программирования – калибровкой, психолого-педагогическое сопровождение в соответствии с результатами диагностики, рефлексия достигнутых результатов</p> <p>2 Психолого-педагогическая работа с чертами характера и акцентуированным поведением обучающихся  Характер. Акцентуированное поведение и черты характера, особенности проявления в коллективной работе. Объединенная классификация типов характера по А. Е. Личко и Леонгарду-Шмишеку: демонстративный, истероидный, эпилептоидный, педантичный, застревающий, экзальтированный, циклотимный, лабильный, неустойчивый, конформный, тревожный, астено-невротический, психастенический, сензитивный, эмотивный, дистимный, гипертимный, возбудимый, шизоидный. Отрицательные и положительные черты каждого типа. Формы, методы, особенности, стиль работы с характером воспитанников в процессе занятий физической культурой. Классификация методов психологического воздействия на партнера. Преимущества и недостатки методов убеждения, внушения, заражения, пробуждения импульса к подражанию, формирования благосклонности, самопродвижения, просьбы, деструктивной критики, принуждения, манипуляции</p> <p>3 Психологические защиты обучаемых коллектива физической культуры  Психологические защиты, Классификация защитных механизмов психики: отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, реактивные образования, замещение, рационализация, аннулирование, подавление, отчуждение, проекция, самоограничение, идентификация, сублимация. Отрицательные черты каждого типа. Психологическая работа с воспитанниками на основе классификации защит. Компетентность руководителя физкультурного коллектива в процессе психологической работы с защитами. Критерии компетенции: общая осведомленность, рефлексия эмоциональных состояний, эмпатия, толерантность, эмоциональная экспрессия.</p> <p>4 Репрезентативные системы обучаемых коллектива физической культуры  Определение репрезентативных систем. Классификация основных репрезентативных систем: аудиальная, визуальная, кинестетическая. Отличительные черты каждой системы. Характерные предикаты. Особенности работы в физкультурно-спортивной деятельности с учетом репрезентативных систем. Индивидуальная и групповая работа с модальностям. Диагностика динамики результатов в работе с воспитанниками на основе учета ведущего органа чувств.</p> <p>5 Методы активного социально-психологического обучения занимающихся в коллективе физической культуры  История появления метода. Преимущества и недостатки работы с обучаемыми в группе. Общая характеристика методов активного социально-психологического обучения. Классификация игр. Структура, особенности, признаки, организация и проведение различных видов игр. Подготовка тренинга. Формы организации тренинговых занятий. Планирование</p>

программы тренинга. Особенности подбора упражнений. Тренинговые упражнения в активном социально-психологическом обучении воспитанников. Психотехнические упражнения. Игровые взаимодействия для оптимизации взаимодействия в коллективе. Внутригрупповая динамика.

6 Юмор в физкультурно-спортивной деятельности

Определение юмора. Определение чувства юмора (остроумия). Основные виды юмора. Ирония, самоирония, черный юмор, сарказм, шутка, анекдот, пародия, сатира в процессе физкультурной деятельности. Воззрения А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинского на юмор в целом и юмор в образовательном процессе, в частности. Диагностика психологических особенностей воспитанников на основе применения основных форм юмора. Психологическая работа с воспитанниками на основе результатов диагностики. Юмор в решении конфликтных ситуаций.

<b>Формы промежуточной аттестации</b>	экзамен
---------------------------------------	---------