Приложение 2.22
к ОПОП-П по специальности
49.02.01 Физическая культура

Рабочая программа дисциплины

«ОП.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2

1. Общая характеристика РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 3

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы 3

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины 3

2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ 4

2.1. Трудоемкость освоения дисциплины 4

2.2. Содержание дисциплины 5

3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ 11

3.1. Материально-техническое обеспечение 11

3.2. Учебно-методическое обеспечение 11

4. Контроль и оценка результатов освоения ДИСЦИПЛИНЫ 13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы психологии»
(наименование дисциплины)

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Цель дисциплины «Основы психологии»: формирование представлений об основах психологии как науки, психических процессах и свойствах личности.

Дисциплина «Наименование» включена в обязательную часть общепрофессионального цикла образовательной программы.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код ОК, ПК	**Уметь**	**Знать**
ОК 01 ОК 02 ОК 09	применять знания психологии при решении педагогических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	предмет, задачи и методы психологии; развитие психологии как науки; психика и ее развитие; сознание и самосознание; деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; эмоционально-волевые процессы; индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность; структура личности; формирование личности.
ПК 2.2.	Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности специалистов в области физической культуры и спорта.	Свойства личности как один из факторов, влияющих на эффективность занятий физической культурой и спортом

1.3.Обоснование часов вариативной части ОПОП-П

№№ п/п	Дополнительные знания, умения	№, наименование темы	Объем часов	Обоснование включения в рабочую программу
1		Раздел 2. Познавательные психические процессы	18	часы вариативной части направлены на развитие ОК.01, ОК.02, ОК.09, ПК 2.2 за счет углубления знаний о познавательных психических процессах

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Трудоемкость освоения дисциплины

Наименование составных частей дисциплины	Объем в часах	В т.ч. в форме практ. подготовки
Учебные занятия	72	26
Курсовая работа (проект)	-	-
Самостоятельная работа	6	-
Консультация	1	
Промежуточная аттестация в *форме экзамена*	3	-
Всего	**82**	**26**

2.2. Содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий	Объем, ак. ч. / в том числе в форме практической подготовки, ак. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Введение в психологию		**13/1**	
Тема 1.1. Предмет и задачи психологии	**Содержание**	**3/-**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии.	1	
	2. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой	2	
Тема 1.2. Методы изучения психики	**Содержание**	**2/-**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Классификация методов исследования в психологии. Понятие методов исследования в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи. Основные методы психологических исследований. Классификация Б.Г. Ананьева.	2	
Тема 1.3. Психика и ее развитие	**Содержание**	**2/-**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. Гипотеза А. Н. Леонтьева о чувствительности. Эволюция психики. Основные стадии развития психики животных. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект. Физиологические основы психики человека	2	
Тема 1.4. Сознание человека	**Содержание**	**2/-**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания. Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических	2	

	функций у человека. Сравнение психики человека и животных. Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.		
Тема 1.5. Деятельность	**Содержание**	**4/1**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Деятельность как психологическая категория. Основные понятия психологической теории деятельности. Макроструктура деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности. Понятие ведущей деятельности.	3	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**1**	
	Практическое занятие 1. Решение психологических задач по теме «Деятельность»	1	
Раздел 2. Познавательные психические процессы		**34/14**	
Тема 2.1. Ощущения	**Содержание**	**4/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Ощущение как психический процесс. Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст ощущений, сенсибилизация, синестезия).	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	**2**	
	Практическое занятие 2. Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений	1	
	Практическое занятие 3. Решение психологических задач по теме «Ощущения»	1	
Тема 2.2. Восприятие	**Содержание**	**4/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Восприятие как психический процесс Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии. Классификация видов восприятия.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	
	Практическое занятие 4. Иллюзии зрительного восприятия	1	
	Практическое занятие 5. Решение психологических задач по теме «Восприятие»	1	

Тема 2.3. Внимание	**Содержание**	**4/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09 ПК 1.6
	1. Внимание как психический процесс. Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды. Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Развитие внимания.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	
	Практическое занятие 6. Изучение свойств внимания по результатам диагностического исследования.	1	
	Практическое занятие 7. Решение психологических задач по теме «Внимание»	1	
Тема 2.4. Память	**Содержание**	**6/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09 ПК 1.6
	1. Память как психический процесс. Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.	4	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	
	Практическое занятие 8. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника.	1	
	Практическое занятие 9. Решение психологических задач по теме «Память»	1	
Тема 2.5. Воображение	**Содержание**	**3/1**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Воображение как психический процесс. Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения. Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**1**	
	Практическое занятие 10. Решение психологических задач по теме «Воображение»	1	
Тема 2.6. Мышление	**Содержание**	**8/4**	ОК 01 ОК 02 ОК 09 ПК 1.6
	1. Понятие, формы и виды мышления. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Формы мышления: понятие, суждение,	2	

	умозаключение. Виды мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление.		
	2. Операции и процессы мышления. Операции мышления. Процесс решения мыслительных задач. Развитие мышления	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**4**	
	Практическое занятие 11. Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.	2	
	Практическое занятие 12. Решение психологических задач по теме «Мышление»	2	
Тема 2.7. Речь	**Содержание**	**5/1**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь. Развитие речи.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**1**	
	Практическое занятие 12. Решение психологических задач по теме «Речь»	1	
	В том числе самостоятельная работа обучающихся Составление кроссворда по разделу «Познавательные психические процессы»	2	
Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности		**31/11**	
Тема 3.1. Человек как субъект, личность и индивидуальность	**Содержание**	**6/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Понятие и структура личности. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Понятие о человеке как субъекте и личности. Структура личности.	2	
	2. Самосознание личности. Я-концепция. Механизмы психологической защиты. Направленность личности, формы ее проявления.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	

	Практическое занятие 13-14. Решение психологических задач по теме «Личность»	2	
Тема 3.2. Эмоционально-волевая сфера личности	**Содержание**	**11/3**	ОК 01 ОК 02 ОК 09 ПК 1.6
	1. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций.	2	
	2. Высшие чувства. Высшие чувства. Развитие эмоций. Эмоциональная саморегуляция	2	
	2. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека и их развитие.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	**3**	
	Практическое занятие 15. Психологические состояния и их регуляция.	1	
	Практическое занятие 16. Исследование волевых качеств личности.	1	
	Практическое занятие 17. Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»	1	
	В том числе самостоятельная работа обучающихся Разработка рекомендаций «Как справиться со стрессом»	2	
Тема 3.3. Темперамент	**Содержание**	**6/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09 ПК 1.6
	1. Темперамент как свойство личности. Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента. Типологии темперамента.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	
	Практическое занятие 18. Исследование типов темперамента.	1	
	Практическое занятие 19. Решение психологических задач по теме «Темперамент»	1	
	В том числе самостоятельная работа обучающихся Составление таблицы по типам темпераментов на основе темпераментных свойств	2	
Тема 3.4. Характер	**Содержание**	**4/2**	ОК 01

	1. Характер. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера. Типологии характера. Формирование характера.	2	ОК 02 ОК 09
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	
	Практическое занятие 20. Исследование типа характера на основе самодиагностики.	1	
	Практическое занятие 21. Решение психологических задач по теме «Характер»	1	
Тема 3.5. Способности	**Содержание**	**4/2**	ОК 01 ОК 02 ОК 09
	1. Способности как свойство личности. Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное. Виды способностей. Развитие способностей.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	**2**	
	Практическое занятие 22. Исследование творческих способностей.	1	
	Практическое задание 23. Решение психологических задач по теме «Способности»	1	
Консультация		**1**	
Промежуточная аттестация (экзамен)		**3**	
Всего		**82**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Кабинет «Педагогики и психологии», оснащенный в соответствии с приложением 3 ОПОП-П.

3.2. Учебно-методическое обеспечение

3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания

1. Наименование.

1. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 1. Ощущения и восприятие : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 302 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10265-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517648 (дата обращения: 21.12.2022).
2. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 2. Внимание и память : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10268-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517650 (дата обращения: 21.12.2022).
3. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 3. Воображение и мышление : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10269-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/517651 (дата обращения: 21.12.2022).
4. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/490034 (дата обращения: 12.08.2022).
5. Савенков, А. И. Педагогическая психология в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. И. Савенков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 317 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02105-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/491042 (дата обращения: 12.08.2022).
6. Бороздина, Г. В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 477 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6288-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/490180 (дата обращения: 12.08.2022).
7. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология: учебник для учреждений СПО: ЭУМК. – Москва: Издательский центр «Академия», 2021. – 496 с.

8. Бабушкин, Г. Д. Психологическое сопровождение физического воспитания и спорта / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 384 с. — ISBN 978-5-8114-9726-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/238649 (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Пашарина, Е. С. Психология общения: основы профессиональной этики тренера. Курс лекций / Е. С. Пашарина. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 88 с. — ISBN 978-5-507-45387-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/302561 (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Яковлев, Б. П. Эмоциональные и мотивационные детерминанты в спортивной деятельности / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 312 с. — ISBN 978-5-8114-9849-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/214730 (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.2.2. Дополнительные источники

1. Наименование.

1. Бухарова, И. С. Психология. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования [Текст] / И. С. Бухарова, М. В. Бывшева, Е. А. Царегородцева. – 2–е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 208 с.

2. Васильева, Н. Н. Психология: учеб. пособие для СПО [Текст] / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. – 2–е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2018. – 234 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Показатели освоенности компетенций	Методы оценки
Перечень знаний, формируемых в рамках дисциплины – предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; – самосознание, Я-концепция; направленность личности; – эмоции, чувства, воля, темперамент; индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности.	– знание предмета, задач и методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки; – понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека; – понимание сознания как формы отражения человеком действительности – знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности; – анализ закономерностей формирования различных видов деятельности; – знание понятия, видов различных познавательных психических процессов; – понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека; – сравнение познавательных психических процессов; – знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности; – знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции; – оценка механизмов психологической защиты личности; – понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека; – знание основных типов темперамента; – понимание значения темперамента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека;	– анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач; анализ и оценка презентации по выбранной теме

	– знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, способности); понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека.	
Перечень умений, формируемых в рамках дисциплины – применять знания общей психологии при решении психологических задач; – выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности	– использование знаний психологии при решении психологических задач; – поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей.	– оценка результатов выполнения практической работы; – экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.