федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

по специальности

37.05.01 Клиническая психология

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № \_\_2\_\_ от «\_28\_» \_\_\_октября\_\_\_2016

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Модуль №1.** Общетеоретические основы психологии спорта.

**Лекция №1.**

**Тема**: Наука психология спорта.

**Цель:** сформировать у студентов представление об объекте, предмете и месте спортивной психологии в системе научного знания.

**Аннотация лекции.** Спортивная психология как самостоятельная наука. Определение понятия «спортивная психология», предмета исследования. Структура спортивной психологии, понятийный аппарат. Основные разделы спортивной психологии. Теоретическая и практическая функции спортивной психологии. Взаимосвязь спортивной психологии с другими науками.

**Форма организации лекции:** традиционная.

**Методы обучения, применяемые на лекции**: словесные (объяснение, разъяснение, рассказ).

**Средства обучения**:

- дидактические (схемы);

-материально-технические (мел, доска).

**Лекция № 2.**

**Тема:** Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений.

**Цель:** сформировать у студентов представление о классификации видов спорта и соревновательных упражнений.

**Аннотация лекции.** Соревновательная деятельность спортсменов. Разработка универсальной систематики видов спорта и соревновательных упражнений. Психологические особенности соревновательной деятельности спортсменов. Принципы и требования научной классификации. Выбор признака. Аспекты рассмотрения параметров взаимодействия спортстменов.

**Форма организации лекции:** лекция-беседа.

**Методы, используемые на лекции:** словесные (объяснение, разъяснение, беседа).

**Средства обучения:**

- дидактические (схемы).

- материально-технические (мел, доска).

**Модуль №2.** Практическая психология спорта.

**Лекция № 1.**

**Тема:** Психология спортивного воспитания, обучения и формирования мотивации достижений в спорте.

**Цель:** сформировать у студентов общее представление о методах и средствах воспитания спортсмена.

**Аннотация лекции.** Воспитание в спорте. Формирование личности высококвалифицированного спортсмена. Нравственное воспитание спортсмена. Воспитательное влияние психологии побед и поражений в спорте. Мотивы и мотивация спортивной деятельности.

**Форма организации лекции:** традиционная.

Методы, используемые на лекции: словесные (объяснение, разъяснение, рассказ).

**Средства обучения:**

- дидактические (схемы).

- материально-технические (мел, доска).

**2. Методические рекомендации по проведению практических занятий.**

**Модуль 1**. Общетеоретические основы психологии спорта.

**Тема 1.** Наука психология спорта.

**Цель:** сформировать у студентов представление об объекте, предмете и месте спортивной психологии в системе научного знания.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).* Практическая работа в микрогруппах (*Задания представлены в ФОС).*  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (учебно-методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 2.** Проявление индивидуально-типологических свойств личности в спортивной деятельности.

**Цель:** сформировать у студентов представление о темпераменте, способностях и характере спортсменов разного уровня мастерства.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа в микрогруппах (*Задания представлены в ФОС)*: |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (психодиагностические методики);

- материально-технические (мел, доска, компьютеры).

**Тема 3.** Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений.

**Цель:** сформировать у студентов представление об аспектах психологической систематики видов спорта и соревновательных упражнений.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа (*Задание представлено в ФОС).* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (раздаточный материал);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 4.** Психологическая структура спортивной деятельности.

**Цель:** сформировать у студентов представление об основных блоках психологической структуры спортивной деятельности.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа (*Задания представлены в ФОС*).  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (раздаточный материал);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 5.** Формирование спортивно важных психических свойств спортсмена.

**Цель:** сформировать у студентов представление о спортивно важных психических свойствах спортсмена.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа (*Задание представлено в ФОС).* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (раздаточный материал);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 6.** Преодоление отрицательных эмоциональных состояний в спорте.

**Цель:** сформировать у студентов представление о средствах преодоления отрицательных эмоциональных состояний в спорте.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа (*Задания представлены в ФОС*).  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (раздаточный материал);

- материально-технические (мел, доска).

**Рубежный контроль.**

**Цель:** Контроль знаний студентов по модулю 1.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 3 | **Основная часть учебного занятия.** 1. Тестирование по модулю 1.
2. Терминологический диктант (термины представлены в ФОС).
3. Устный опрос. Вопросы представлены в ФОС.
 |
| 4 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (тесты);

- материально-технические (компьютеры).

**Модуль 2.** Практическая психология спорта.

**Тема 1.** Психология спортивного воспитания, обучения и формирования мотивации достижений в спорте.

**Цель:** сформировать у студентов представление о методах и средствах воспитания спортсмена.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа (*Задания представлены в ФОС*). |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 2.** Формирование личности высококвалифицированного спортсмена в условиях микроцентра. Мотивы и мотивация спортивной деятельности.

**Цель:** сформировать у студентов представление об условиях формирования личности высококвалифицированного спортсмена.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа *(Задания представлены в ФОС).*  |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 3.** Технологии психологической подготовки спортсмена.

**Цель:** сформировать у студентов представление о методике и организации психологической подготовки спортсмена.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа в группах (*Задания представлены в ФОС).*   |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 4.** Психограмма личности спортсмена.

**Цель:** сформировать у студентов представление о системе построения психограммы личности спортсмена.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа в группах (*Задания представлены в ФОС).* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 5.** Психологическая помощь тренера спортсмену.

**Цель:** сформировать у студентов представление о процессе психологической помощи тренера спортсмену.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа в группах *(Задания представлены в ФОС).* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

 **Средства обучения:**

- дидактические (учебно-методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Тема 6.** Психологические особенности спортивной борьбы. Публичность соревнований как фактор психологического воздействия на личность спортсмена.

**Цель:** сформировать у студентов представление об эффектах влияния на психику, сознание и поведение спортсменов.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия.Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия).  |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** Устный индивидуальный опрос (*Вопросы представлены в ФОС).*Практическая работа в группах *(Задания представлены в ФОС).* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

 **Средства обучения:**

- дидактические (учебно-методическое пособие);

- материально-технические (мел, доска).

**Рубежный контроль.**

**Цель:** Контроль знаний студентов по модулю 2.

**План проведения учебного занятия.**

|  |  |
| --- | --- |
| №п/п | Этапы и содержание занятия  |
| 1 | **Организационный момент.** Объявление темы, цели занятия. |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.** 1. Тестирование по модулю 2.
2. Терминологический диктант (Термины представлены в ФОС).
3. Устный опрос (Вопросы представлены в ФОС).
 |
| 3 | **Заключительная часть занятия:*** подведение итогов занятия;
* выставление текущих оценок в учебный журнал.
 |

**Средства обучения:**

- дидактические (тесты);

- материально-технические (компьютеры).