АВТОНОМНАЯ НЕКОМЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ БИОМЕДИЦИНЫ И СПОРТА»

«УТВЕРЖДАЮ»
Ректор
Тиунова О.В.
«06» марта 2018 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

г. Москва, 2018 г.

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации «Спортивная психология» разработана в соответствии с требованиями:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации в редакции с изменениями от 01.05.2017 г.;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от «15» января 2013 г. № 10 «О Федеральных государственных требованиях к минимуму содержания дополнительных профессиональных образовательных программ профессиональной переподготовки и повышения квалификации педагогических работников, а также к уровню профессиональной переподготовки педагогических работников»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от «01» июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказа Минспорта России от 30 октября 2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».

Программа направлена на повышение квалификации и уровня компетентности слушателей по вопросам психологической подготовки спортсменов, психологии здорового образа жизни, а также технологий успешной самореализации в качестве спортивного психолога, коуча, психолога-консультанта, тренера, преподавателя, спортивного врача.

Программа предназначена для обучения специалистов спортивных организаций, медицинских учреждений со средним или высшим педагогическим, психологическим, социологическим и медицинским профессиональным образованием.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ «СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

2.1. Цель программы:

формирование у слушателей курса необходимых и достаточных знаний, умений и навыков для самостоятельной реализации (в пределах профессиональной компетенции) системы психолого-педагогического обеспечения спортивной подготовки.

2.2. Задачи курса:

1) Ознакомление со спецификой спортивной деятельности, теорией и методикой физического воспитания и спорта, основными задачами спортивного психолога, системой психолого-педагогического обеспечения спортивной деятельности, занятий физической культурой и массовым спортом.

2) Обучение эффективному взаимодействию со всеми участниками спортивной деятельности: руководителем спортивной организации, тренерским составом, спортивной командой, родителями юных спортсменов и спортсменами различной квалификации.

3) Изучение содержательных, методических и организационных аспектов психологической подготовки спортсменов различной квалификации.

4) Освоение основных методик психодиагностики, психорегуляции, коррекции неблагоприятных психофизических состояний, формирования боевой (предстартовой) готовности.

2.3. Базовый уровень образования обучаемых: среднее профессиональное образование, высшее образование (бакалавриат, специалитет, магистратура) педагогического, психологического, социологического и медицинского профиля.

2.4. Форма обучения: очно-заочная форма обучения.

2.5. Общий объем учебной нагрузки: 72 академических часа.

2.6. Планируемые результаты обучения:

В результате освоения настоящей дополнительной профессиональной программы слушатель должен обладать следующими универсальными и предметно-специализированными компетенциями:

- знание нормативно-правовых основ действующего законодательства, регулирующих деятельность в сфере физической культуры и спорта;
- способность самостоятельно определять причины негативных психологических состояний спортсмена и тренера, выполнять своевременные действия по их профилактике и коррекции;
- способность планировать и проводить мероприятия по психологическому обеспечению спортивной подготовки на различных её этапах, контролировать психофизическое состояние физкультурников и спортсменов;
- способность работать с контрольно-измерительным оборудованием, необходимым и достаточным для проведения психодиагностики и оценки предстартового состояния спортсмена;
- владение основными принципами профилактики психоэмоционального утомления и профессионального выгорания у тренеров и спортсменов;
- способность заполнять учетно-отчетной документацию, проводить психолого-педагогические наблюдения в условиях тренировочного процесса и соревнований.

В результате изучения дисциплины слушатель должен:

Знать:

- основы взаимодействия психики и физического тела человека в двигательной деятельности.
- психологические закономерности профессиональной самореализации спортсмена и тренера;
- психоэмоциональные проблемы, возникающие в профессиональной деятельности тренера и спортсмена-профессионала, а также методы их решения;
- основные принципы проведения консультирования и психодиагностики спортсменов различного возраста, спортивной квалификации и специализации;
- особенности и принципы организации индивидуальной и групповой диагностики;
- психоэмоциональные проблемы, возникающие в профессиональной деятельности тренера и спортсмена-профессионала, а также методы их решения;
- психологические закономерности профессиональной самореализации спортсмена и тренера;

Уметь:

- проводить диагностику индивидуально-личностных характеристик, влияющих на результативность соревновательной деятельности и успешную самореализацию тренера;
- применять методики выявления и устранения межличностных проблем в командной и индивидуальной работе спортсменов.
- планировать и осуществлять научные исследования, в том числе с применением современных аппаратурных методов, статистической обработки и анализа данных.
- консультировать спортсменов и тренеров,
- формировать индивидуальные программы психологической подготовки и др.

Владеть:

- методами наблюдения в процессе занятий спортом;
- социально-психологическим анализом взаимовлияний в команде;
- навыками организации группового тестирования в рамках этапных комплексных обследований, на подготовительном и соревновательном этапах подготовки, а также в работе с лицами разного возраста и пола, посещающими спортивные школы, спортивно-оздоровительные клубы и др.;
- психофизиологическими и психологическими методиками диагностики индивидуальных особенностей и текущих состояний индивида;
- технологией подготовки отчетов, заключений и рекомендаций.

- навыками оказания экстренной психологической помощи спортсменам и лицам разного возраста, занимающимся спортом.

Слушателям, успешно освоившим программу/прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2.7. Актуальность Программы: В отличие от существующих, данная Программа обучения построена на практическом многолетнем опыте работы сотрудников Научно-методического объединения «Лаборатория физической культуры и практической психологии» со спортсменами различной квалификации и тренерским составом. Большое внимание уделяется и практическому опыту психологической подготовки спортсменов, изложенных отечественными и зарубежными авторами.

Впервые в практике повышения квалификации психологов и тренерского состава материал курса изложен в виде системы психолого-педагогического обеспечения спортивной подготовки, что позволяет повысить эффективность работы со спортсменами сразу после прохождения данной Программы. Непременным условием обучения является последующее очное или заочное консультирование (супервизия) всех слушателей данного Курса.

3. СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

3.1.1. Организация учебного процесса.

Учебный процесс организован в очно-заочной форме, возможна прерывистая программа обучения.

Для его проведения разработан учебно-методический комплекс, достаточный для эффективного освоения содержания учебной программы, который включает в себя:

- учебная программа;
- учебно-методические материалы для учащегося;
- обучающие ресурсы (методические рекомендации, видео-материалы, слайд-лекции, Интернет-ресурсы)
- индивидуальные практические задания.

3.1.2. Заочная часть обучения (7 дней): Первые пять дней работа со слушателями проходит в форме заочных консультаций по Skype и e-mail.

- Слушателям высылается методические материалы (систематизированный практический опыт отечественных спортивных психологов) для самостоятельного изучения, проходит индивидуальное консультирование, ответы на вопросы, уточнение специфики работы каждого, проводится оперативная помощь в решении их актуальных производственных задач. Такое общение позволяет преподавателям заранее скорректировать базовую программу под индивидуальные задачи и интересы слушателей группы, а также подготовить дополнительный «раздаточный» материал.
- Слушатели отвечают на контрольные вопросы, проводят самотестирование, что позволяет основную часть учебного времени уделить освоению умениям и практическим навыкам.
- За это время слушатели успевают познакомиться с тематическими материалами сайта Научно-методического объединения «Лаборатория физической культуры и практической психологии» и в дальнейшем их эффективно использовать.
- Для слушателей-москвичей и тех, кто приехал на Курсы на несколько дней раньше, организуется посещение спортивных соревнований (при условии совпадения даты соревнований с заочной неделей обучения), где совместно проводим психолого-педагогические наблюдения (результаты которых позже обсуждаем в аудитории), а также общаемся с тренерским составом. Остальные слушатели получают это задание в виде «домашнего».

Заочный компонент обучения включает:

- самостоятельное изучение слушателями десяти методических пособий, присланных им в электронном виде (Тиунова, О.В. Повышение эффективности работы средств массовой информации в пропаганде физической культуры, спорта, здорового образа жизни в Российской Федерации [Текст] / О.В.Тиунова, Д.А.Фильченков - М. - Товарищество научных изданий КМК, 2017. - 82 с.; Тиунова, О.В. Мотивация к ведению здорового образа жизни, использования возможностей физической культуры и спорта для укрепления здоровья, самосовершенствования, самовоспитания и социальной адаптации [Текст] / О.В.Тиунова, Д.А.Фильченков - М. - Товарищество научных изданий КМК, 2017. - 86 с.; Тиунова, О.В. Использование различных форм мотивации к ведению здорового образа жизни, занятиям физической культурой и спортом [Текст] : методические рекомендации / О.В. Тиунова, Д.А. Фильченков, М.В. Томилова - М. - Советский спорт, 2013.- 38 с.; Тиунова О.В. Мотивация достижений в спортивной деятельности. Методические рекомендации – М., ФГОУ ГШВСМ, М., ТрансЛит, 2007, - 32 с., Тиунова О.В. Индивидуальные задания и групповые тренинги. Методические рекомендации – М., ФГОУ ГШВСМ, М., ТрансЛит, 2007, - 24 с.; Тиунова О.В., Злобин А.Е. Актуальные вопросы психологии и менеджмента в спорте. Методические рекомендации – М., ФГОУ ГШВСМ, М., ТрансЛит, 2007, - 32 с.; Тиунова О.В., Самохина А.Ю., Гортинская А.В. Диагностика личностных свойств и психических состояний у спортсмена ФГОУ "Государственная школа высшего спортивного мастерства - центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России", М., РКонсульт, 2006, - 34 с.; Тиунова О.В. Реализация тренером психолого-педагогических умений ФГОУ "Государственная школа высшего спортивного мастерства - центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России", М., РКонсульт, 2006, - 32 с.; Тиунова О.В. Психологическая самоподготовка спортсмена ФГОУ "Государственная школа высшего спортивного мастерства - центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России", М., РКонсульт, 2006, - 34 с.; Тиунова О.В. Формирование психологической готовности к соревнованиям ФГОУ "Государственная школа высшего спортивного мастерства - центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России", М., РКонсульт, 2006, - 32 с.; Тиунова О.В. Коррекция неблагоприятных психоэмоциональных состояний в спорте ФГОУ "Государственная школа высшего спортивного мастерства - центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России", М., РКонсульт, 2006, - 36 с.).

- выполнение слушателями трёх практических заданий (знакомство с современными технологией работы со спортсменами высокой квалификации, юными спортсменами и их родителями, тренерским составом - http://www.self-master-lab.ru; апробирование теста «Отношение спортсмена к предстоящему соревнованию» - http://www.self-master-lab.ru/ops1.htm; проведение психолого-педагогических наблюдений в условиях соревнований),

- проведение руководителем Курса серии индивидуальных консультаций со слушателями (e-mail, Skype) по вопросам их профессиональной реализации.

3.1.3. Очный компонент обучения (5 дней) реализуется на базе Института. В соответствии с Программой занятий слушателям представляется тематический материал, основанный на анализе зарубежной литературы и практическом опыте сотрудников НМО «Лаборатория физической культуры и практической психологии». В ходе обучения слушатели знакомятся с рядом аппаратурных и диагностических методик, получают рекомендации по их приобретению и использованию. Задача обучения – сформировать систему психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки с учетом особенностей той или иной спортивной организации, различных форм работы психолога, а также его личного опыта.

Очный компонент обучения включает проведение лекционных и практических занятий в учебной аудитории по семи темам:

- «Основы психологии физического воспитания и спорта»
- «Реализация тренером психолого-педагогических умений»
- «Психолог в команде»,

- «Психодиагностика в спорте»,
- «Психологическая подготовка спортсмена»,
- «Психология здоровья»,
- «Основы самоорганизации и самореализации спортивного психолога»

3.2. Методы контроля:

- методы текущего контроля: оценка практической работы в группе преподавателем, оценка выполнения индивидуальных заданий.

- методы итогового контроля: заполнение опросника, письменная сдача итогового зачета рассматривается как практический результат применения знаний и навыков, полученных в результате изучения курса.

3.3. Методы обучения:

Программой предусмотрены лекционные и практические занятия (самостоятельную работу обучающихся, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий), проведение промежуточного контроля освоения материала. Обучение обеспечивается учебно-методической документацией и материалами (электронными), практическими заданиями.

Самостоятельная работа слушателей является составной частью учебного процесса и проводится под руководством преподавателей. Во время обучения осуществляется организационно-методическая и техническая поддержка по телекоммуникационным каналам связи или посредством сети «Интернет». Объем часов самостоятельной работы слушателей не ограничивается данной программой и зависит от индивидуальных способностей, навыков, знаний и мотивации обучаемых.

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

4.3. **Категория слушателей:** психологи, педагоги, тренеры, инструкторы, спортивные врачи.

4.4. **Требования к квалификации слушателей:** среднее профессиональное образование, высшее образование (бакалавриат, специалитет, магистратура) педагогического, психологического, социологического и медицинского профиля.

4.5. Расчет учебного времени

Общая трудоемкость – 72 ч., из них лекции - 40 ч., практические занятия – 32 ч.
Форма обучения: очно-заочная.
Срок обучения – 12 дней.
Режим занятий - 5 раз в неделю.
Продолжительность занятий в день - 6-8 ак.ч.

4.6. Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Всего часов	В том числе:	
			лекции	практические занятия
1	2	3	4	5
1.	«Основы психологии физического воспитания и спорта»	8	4	4
2.	«Реализация тренером психолого-педагогических умений»	8	4	4
3.	«Психолог в команде»	12	8	4
4.	«Психодиагностика в спорте»	8	4	4

5.	«Психологическая подготовка спортсмена»	24	14	10
6.	«Психология здоровья»	4	2	2
7.	«Основы самоорганизации и самореализации спортивного психолога»	8	4	4
	Всего:	**72**	**40**	**32**
Итоговая аттестация по учебному курсу:		***Письменные ответы на вопросы зачета.***		
ВСЕГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ:		**72 часа**		

4.7.Содержание тем

ТЕМА №1.

ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Психологические основы физической, технической и тактической подготовки. Методологические проблемы современной спортивной психологии.

Задачи психолога в комплексном научно-практическом обеспечении спорта высших достижений. Опыт работы ведущих отечественных и зарубежных спортивных психологов. Современная система психолого-педагогического обеспечения спортивной подготовки.

Психологические особенности детского и юношеского спорта.

Модель работы психологической службы на базе Училища олимпийского резерва.

Личность и организация деятельности спортивного психолога.

Личностные качества и профессионализм спортивного психолога.

Специфические особенности спортивной среды.

Принципы взаимодействия психолога с потенциальными «заказчиками» - руководителями спортивных федераций, клубов и др.

Менеджмент в спорте.

Принципы эффективного сотрудничества. Особенности финансирования в спорте. Влияние условий контракта на мотивацию и командные взаимоотношения. Вопросы освещения спорта в СМИ. Спонсорство в спорте. Агрессия в спорте и вокруг него. Развитие спорта как зрелища.

Психологические основы менеджмента в спорте.

ТЕМА №2.

РЕАЛИЗАЦИЯ ТРЕНЕРОМ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УМЕНИЙ

Принципы взаимодействия психолога с главным тренером команды.

Личностные качества и авторитет тренера. Феномен лидерства. Диагностика направленности личности тренера. Выявление «синдрома выгорания» в тренерской деятельности.

Психология спортивной группы. Групповая сплоченность. Микроклимат команды. Соперничество и содружество. Агрессивность в спорте. Особенности работы тренера с женщинами спортсменками.

Формирование отношений, обеспечивающих успешность тренировочного процесса. Эффективное общение, правильное использование поощрений и наказаний.

Особенности индивидуальной работы тренера со спортсменом. Обучение спортсменов релаксации в условиях тренировочных занятий, использованию специальных формулировок самовнушения.

Экстренная психологическая помощь.

ТЕМА №3.

ПСИХОЛОГ В КОМАНДЕ

Специфика современного профессионального спорта.

Психологические аспекты индивидуальной спортивной карьеры. Прогнозирование спортивного результата на основе анализа ретроспективы индивидуальных рекордов.

Принципы эффективного сотрудничества с членами спортивной команды.

Разработка тематических опросников, их использование, обработка и анализ полученных результатов.

Хронометраж и расчет моторной плотности тренировочного занятия. Технология проведения психолого-педагогических наблюдений в условиях соревновательной деятельности. Психологические аспекты использования индивидуальной соревновательной статистики спортсмена.

Решение конфликтных ситуаций, возникающих на уровне: «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-команда», «спортсмен-тренер».

Работа психолога на соревновательном этапе: «предстартовая» психологическая подготовка, психологическая поддержка во время проведения соревнований, совместный со спортсменом и тренером анализ полученного опыта побед и поражений после соревнований.

Использование технических средств и технологий мобильной связи в работе спортивного психолога.

ТЕМА №4.

ПСИХОДИАГНОСТИКА В СПОРТЕ

Диагностика личностных свойств и психических состояний у спортсменов.

Психологическое тестирование спортсменов как начальное звено системного психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки. Цель, задачи и методы психологического и психофизиологического тестирования.

Психодиагностика свойств нервной системы, личностных особенностей, психических состояний. Методы исследования спортивно-значимых качеств и особенностей поведения, мотивационной направленности личности, особенностей эмоционально-личностной сферы, коммуникативной сферы и др. Особенности проведения психодиагностики (индивидуальное и групповое тестирования), тестирование в режиме on-line.

Особенности личности и внутренние «ресурсы» спортсмена.

Программы психологического обследования сборных команд (углубленное, этапное, текущее обследование). Проведение заочного мониторинга психофизического состояния спортсмена и его коррекция.

Технология подготовки индивидуальных заключений спортсменам, отчета тренеру, индивидуальных и общекомандных рекомендаций. Инструментальное (аппаратурное) оснащение спортивного психолога

ТЕМА №5.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНА

Тренировка психологических умений и навыков. Индивидуальные задания и групповые тренинги в психологической подготовке спортсменов.

Обучение релаксации. Психорегулирующая тренировка - активизация и мобилизация. Использование специальных формулировок самовнушения. Повышение концентрации внимания. Волевая подготовка спортсмена. Тренировка уверенности в себе. Использования механизмов идеомоторики во время тренировочных занятий.

Методы психологической подготовки с использованием биологической обратной связи. Самоконтроль как часть психологической подготовки. Самопрограммирование.

Коррекция неблагоприятных психоэмоциональных состояний в спорте.

Особенности неблагоприятных психических состояний у спортсменов. Психологическая реакция на неудачи и спортивные травмы. Тревожность и стресс. Методы профилактики дисгармонии и стресса. Коррекция неблагоприятных психоэмоциональных

состояний в период подготовки к старту, во время проведения соревнований и после выступления.

Рекомендации по улучшению концентрации внимания, снятию скованности, регуляции уровня возбуждения.

Методы восстановления работоспособности. Анализ опыта побед и поражений. Профилактика и устранение «выгорания».

Формирование психологической готовности к соревнованиям.

Состояние психологической готовности (оптимальное боевое состояние). Методики психологической подготовки к соревнованиям.

Содержание общей психологической подготовки к соревнованиям. Психологической подготовки к конкретному соревнованию. Оперативная психологическая подготовка к соревнованию.

Методы настройки на выполнение конкретной деятельности. Развитие мотивации достижений и соревновательности. Внутренняя и внешняя мотивация.

Принципы постановки личностно ориентированных целей.

Индивидуальная работа психолога со спортсменом.

Особенности психологического консультирования в спорте. Консультирование по вопросам спортивной психологии и по широкому кругу житейских, общечеловеческих и др. не спортивных вопросов. Алгоритм проведения индивидуальной консультации перед ответственным соревнованием. Разработка индивидуальных программ психологической подготовки к ответственным соревнованиям и коррекции неблагоприятных состояний.

Тестирование в практике психологического консультирования спортсменов.

Анализ ключевых моментов тренировочной и соревновательной деятельности, подготовка практических рекомендаций. Анализ видеозаписей спортивных выступлений. Индивидуальные задания в психологической подготовке спортсмена.

Спортивный дневник как основа психологической самоподготовки спортсмена. Специфические особенности консультирования юных спортсменов. Консультирование родителей юных спортсменов.

Индивидуальные психологические тренинги: обучение приемам саморегуляции, концентрации, мобилизации и др., в т.ч. с использованием специальных компьютерных программ биоуправления.

Заочное оказание экстренной психологической помощи в спорте.

Оценка результатов психологического консультирования.

ТЕМА №6.

ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Влияние физической культуры и спорта на психическое развитие человека. Основы мотивации к здоровому образу жизни. Психологические основы самореализации человека в спортивной деятельности и фитнесе.

Физические нагрузки и индивидуальные особенности занимающихся.

Вопросы безопасности предоставления спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг.

Менеджмент физкультурно-спортивной организации.

ТЕМА №7.

ОСНОВЫ САМООРГАНИЗАЦИИ И САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПОРТИВНОГО ПСИХОЛОГА

Основы андрогогики и акмеологии. Самоопределение, самоорганизация, самопостроение и самореализация как базовые этапы становления личности.

Психологические основы эффективной организации труда и построения индивидуальной карьеры. Технология организации и проведения диссертационного исследования.

Примечание: преподаватель вправе по своему усмотрению вносить изменения в организацию процесса обучения, регламентированные данной учебной программой, но не более чем на 10-15%.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

При реализации Программы используются различные образовательные технологии, основанные на следующих принципах обучения:

- систематичности и последовательности,
- целеполагания,
- доступности и наглядности,
- крупноблочного, компактного изложения родственных вопросов,
- единства теории и практики,
- научности,
- прикладной направленности,
- учета предметной специфики учебного курса
- ориентации на определенную парадигму обучения и на применение соответствующей технологии обучения,
- соответствия данного Курса научной специальности «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»,
- сознательности, самостоятельности, творчества и активности учащихся; к учащимся.
- индивидуального подхода, учета возрастных, индивидуальных особенностей учащихся, а также их профессионального и жизненного опыта.

Реализация дополнительной профессиональной программы «Спортивная психология» обеспечивается кадрами преподавателей, имеющими базовое образование соответствующее профилю преподаваемой дисциплины (специалистами в области физической культуры, спорта, практической и спортивной психологии, спортивного менеджмента) и систематически повышающими свою квалификацию.

Данная программа может быть использована в качестве базовой при повышения квалификации с большим количеством учебных часов, профессиональной подготовке и обучении в форме стажировки.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Слушатель считается успешно закончившим обучение, если он:

- изучил теоретический материал и подтвердил полученные знания положительными результатами тестирования;
- участвовал во всех запланированных лекционных и практических занятиях и получил положительную оценку;
- получил положительные оценки за выполнение контрольных практических заданий;

Освоение дополнительной профессиональной программы завершается итоговой аттестацией в форме зачета - ответа на контрольные вопросы.

Итоговая аттестация слушателей зависит от полноты и качества данных им ответов.

В качестве итоговой аттестации слушатели курса должны письменно ответить на следующие **вопросы зачета:**

1) Назовите известных Вам отечественных и зарубежных спортивных психологов:

2) Назовите основные составляющие системы психолого-педагогического сопровождения спортивной подготовки:

3) Перечислите диагностические методики, эффективность которых Вы проверили на собственном опыте:

4) Перечислите несколько возможных причин снижения спортивной результативности юного спортсмена и ваши практические действия:

Причины	*Действия*

5) Какие формы мотивации спортсменов Вы бы посоветовали использовать тренеру во второй половине спортивного сезона:

6) На какие информативные, на ваш взгляд, признаки (факторы, показатели) следует обращать внимание при проведении психолого-педагогических наблюдений на соревнованиях:

7) Какой тест Вы можете использовать для оперативной оценки психофизиологического состояния спортсмена:

8) Каким методам (способам, видам) психологической подготовки Вы можете обучить спортсмена:

9) С чего Вы начинаете работу, если ни спортсмен, ни тренер не могут четко сформулировать «запрос»:

10) В каких «смежных» областях практической психологии Вы смогли бы работать, имея опыт и знания спортивного психолога:

7. ПЕЧАТНЫЕ И ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

Для проведения занятий необходима аудитория, оснащенная презентационной техникой: проекционное оборудование, экран, компьютер, магнитно-маркерная доска, а также бланковые и инструментальные методики тестирования.

Программное обеспечение: фрагменты учебных фильмов, компьютерные программы, аудио и видео материалы, методические рекомендации.

7.1. Нормативно-правовое обеспечение:

- Гражданский кодекс Российской Федерации (ГК РФ) (часть 1)
- Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 N 197-ФЗ (ред. от 13.07.2015)
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации в редакции с изменениями от 01.05.2017 г.;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от «15» января 2013 г. № 10 «О Федеральных государственных требованиях к минимуму содержания дополнительных профессиональных образовательных программ профессиональной переподготовки и повышения квалификации педагогических работников, а также к уровню профессиональной переподготовки педагогических работников»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от «01» июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказа Минспорта России от 30 октября 2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».

7.2. Основная литература:

1. Алексеев А.В. Психологическая подготовка в теннисе.- Ростов: «Феникс», 2005. – 120с.

2. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь справочник по психологической диагностике.- СПб.: Питер, 2006. -528 с.

3. Гогунов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2004 –224с.

4. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта.- М.: «Физкультура и спорт», 2006 –208с.

5. Дергач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта: Учеб. пособие по спецкурсу для студентов пед. ин-тов по спец.№2114 «Физ.воспитание». – Просвящение, 1985. – 335 с.

6. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности- СПб: Издательство «Питер», 2000.-560 с.

7. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: Учеб. Пособие для студентов пед. Ин-тов по спец. № 2114 «Физ. Воспитание» - М.: Просвящение, 1987. – 287 с

8. Киселёв Ю. Я. Победи! Размышления и советы психолога в спорте. - М.: СпортАкадемПресс, 2002 –328с.

9. Киселев Ю.Я. Психологическая готовность спортсмена: пути и средства достижения.- М.: Советский спорт, 2009 – 276 с.

10. Кузьменко Г.А. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9-12 лет [Текст]/ Г.А.Кузьменко.- М.: Советский спорт, 2008. – 268 с.

11. Кузьменко Г.А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств [Текст]: учебное пособие / Г.А.Кузьменко.- М.: Советский спорт, 2010. – 560 с.

12. Марищук В.Л., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А., Серова Л.К. Методики психодиагностики в спорте: Учеб.пособие для студентов пед.ин-тов.- М.: Просвещение, 2005.- 256 с.

13. Психология физической культуры: учебник/под ред.Б.П.Яковлева, Г.Д.Бабушкина. – М.: Спорт, 2016. -624 с.

14. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2006.-672с.

15. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Учебник для ВУЗов.- М.: Академический Проект, Фонд «Мир», 2004.-576с.

16. Родионов А.В., Родионов В.А. Психология детско-юношеского спорта:учебник для студентов высших учебных заведений/ А.В.Родионов, В.А.Родионов – М.: Физическая культура, 2013. - 277 с.

17. Собчик Л.Н. МВЦ – метод цветовых выборов. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера. Практическое руководство.- СПб.: Речь, 2001.- 112 с.

18. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов. Хрестоматия.- М.: Советский спорт, 2005. – 286с.

19. Таймазов Р.А., Голубь Я.В. Психофизиологическое состояние спортсмена (Методы оценки и коррекции). - СПб.: Издательство «Олимп СПб», 2004 –400с.

20. Тиунова О.В. Формирование психологической готовности к соревнованиям, ФГОУ "Государственная школа высшего спортивного мастерства - центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России", М., РКонсульт, 2006 г. -32 с.

21. Тиунова О.В., Самохина А.Ю., Гортинская А.В. Диагностика личностных свойств и психических состояний у спортсмена. Методические рекомендации – М., ФГОУ «Государственная школа высшего спортивного мастерства – центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России», М., РКонсульт,

22. Тиунова О.В. Реализация тренером психолого-педагогических умений. – М., ФГОУ «Государственная школа высшего спортивного мастерства – центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России», РКонсульт, 2006 г. – 32 с.

23. Тиунова О.В. Психологическая самоподготовка спортсмена. ФГОУ «Государственная школа высшего спортивного мастерства – центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России», М., РКонсульт, 2006 г.- 32 с.

24. Тиунова О.В. Коррекция неблагоприятных психоэмоциональных состояний в спорте. ФГОУ «Государственная школа высшего спортивного мастерства – центр подготовки сборных юношеских, юниорских и молодежных команд России», М., РКонсульт, 2006 г.-28 с.

25. Тиунова О.В. Индивидуальные задания и групповые тренинги в психологической подготовке спортсменов. ФГОУ «Государственная школа высшего спортивного мастерства – центр подготовки сборныхюношеских, юниорских и молодежных команд России», М., РКонсульт, 2007 г.- 24 с.

26. Хекалов Е.М. Неблагоприятные психические состояния спортсменов, их диагностика и регуляция: Учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2003 –64с.

27. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. - Киев, Олимпийская литература, 2001. –335 с

7.3. Дополнительная литература:

1. Дневник вратаря/ Федерация хоккея Республики Беларусь; Федерация хоккея Швеции. - Минск 2011. – 176 с
2. Завадски В.А. Развитие организационных навыков у специалистов физической культуры. Методическое пособие.- М.: Де Ново, 2004.-35 с.
3. Костюхина Н.М. Акмеология физической культуры и спорта. Учебное пособие. - М.: «Физическая культура», 2005. –200с.
4. Малкин В., Рогалева Л. Спорт - это психология. - М.: Спорт, 2015. – 176 с
5. Мартенс Райнер Успешный тренер./перевод с англ./ - М.: Человек, 2014. – 440 с
6. Переверзин И.И. Искусство спортивного менеджера.- М.: Советский спорт, 2004. – 416 с.
7. Практикум по спортивной психологии /Под ред. Волкова И.П.- СПб.: Питер, 2002 –288 с
8. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативные правовые и программно-методические документы, практический опыт, рекомендации./Автор-составитель А.В.Царик.- М.: Советский спорт, 2002 .- 700 с.
9. Степанова О.Н. Маркетинг в сфере физической культуры и спорта.- М.: Советский спорт, 2005. – 246 с.
10. Таноян Х.А. Основы управления подготовкой специалиста по физической культуре.- М.: Издательства РЗИЛП, 2001, 335 с.
11. Томич М. Основы менеджмента в спорте.- М., 2005.- 352 с.

7.4. Интернет-ресурсы:

1. Научно-методическое объединение «Лаборатория физической культуры и практической психологии» - http://www.self-master-lab.ru
2. ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» - http://fcpsr.ru
3. ГКУ «Центр спортивных инновационных технологий и подготовки сборных команд» г. Москвы - http://cstsk.ru
4. МАОУ ДО СДЮСШОР «Вымпел» - http://вымпел-калуга.рф
5. http://www.psy.msu.ru/educat/dnevn/special/sport/index.html,
6. http://psy.sportedu.ru/,
7. http://psycheportal.ru/test.php.