

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.06 «ПСИХОЛОГИЯ»**

2024г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО): 49.02.02 Адаптивная физическая культура, входящей в состав укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: ГБПОУ НСО «Новосибирский профессионально-педагогический колледж»

Разработчик: преподаватель, Максимцова И.А.

Рассмотрено на заседании кафедры «Педагогических дисциплин»

Протокол № 1 от 29.08.2024 г

Руководитель кафедры \_\_\_\_\_ Балдина И.П.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4-6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6-11
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП 06. ПСИХОЛОГИЯ»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП 06. Психология» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 1-12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22	<ul style="list-style-type: none"><li>- применять знания по психологии при решении педагогических задач;</li><li>- выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;</li><li>- основы психологии личности;</li><li>- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;</li><li>- возрастную периодизацию;</li><li>- возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;</li><li>- групповую динамику;</li><li>- основы психологии творчества;</li><li>- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;</li><li>- психологические основы обучения двигательным действиям.</li></ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	123
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	
в т. ч.:	
теоретическое обучение	60
практические занятия	22
<i>Самостоятельная работа</i>	41
<b>Промежуточная аттестация контрольная работа</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
<b>Раздел 1. Общая психология</b>			
<b>Тема 1.1</b> Психология как научная дисциплина	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>2</b>	ОК 01. - ОК 12. ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Объект, предмет, принципы, функции, задачи общей психологии.		
	Связь психологии с педагогикой и практикой.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	СР№1. Отрасли психологии.		
<b>Тема 1.2</b> Сознание как высшая ступень развития психики	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>2</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Мозг и психика. Взаимодействие сознания и подсознания. Самосознание.		
	Психические явления: психические свойства, психические процессы, психические состояния.		
<b>Тема 1.3</b> Человек как предмет познания	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>4</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Человек как индивид, личность, индивидуальность, субъект. Личность и ее структура.		
	Психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	ПР№1. Семинар. Личность и ее структура. Социализация личности.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>5</b>	
	СР№2. Современные теории личности.	2	
СР№3. Сообщение об известных спортсменах и тренерах.	3		
<b>Тема 1.4</b> Ощущение и восприятие	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>6</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Ощущение: понятие, виды, основные свойства и характеристики, сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений.		
	Восприятие: понятие, физиологические основы восприятия, свойства и виды.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	

	ПР№2. Семинар. Развитие ощущений. Роль ощущений в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.		
	ПР№3. Семинар. Восприятие пространства, движения и времени. Роль восприятия в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>	
	СР№4. Индивидуальные различия в восприятии и его развитие у детей.		
<b>Тема 1.5</b> Внимание. Память. Представление	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>8</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Внимание: понятие, общая характеристика, виды, свойства, индивидуальные особенности. Развитие внимания.		
	Память: понятие, общая характеристика, виды, основные процессы и механизмы памяти, индивидуальные особенности. Развитие памяти.		
	Представление: понятие, основные характеристики, виды, индивидуальные особенности и его развитие. Первичные образы памяти и персеверирующие образы.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	ПР№4. Семинар-практикум «Роль внимания, памяти, представлений в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте. Роль представлений в управлении движениями. Идеомоторная тренировка (суть, цели, принципы)».		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
СР№5. «Диагностика развития концентрации, устойчивости и переключаемости внимания (тест Бурдона «Корректирующая проба»); тест Джекобса «Объем кратковременной памяти»). Составление практических рекомендаций по развитию внимания и памяти личности».			
<b>Тема 1.6</b> Мышление. Воображение. Речь	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>10</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Мышление: понятие, основные виды и формы мышления.		
	Творческое мышление. Развитие мышления.		
	Воображение: понятие, общая характеристика, виды, механизмы переработки представлений в воображаемые образы. Развитие воображения.		
	Речь. Виды речи. Стадии и развитие речи у ребенка.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	ПР№5. Семинар. Тактическое мышление в спортивной деятельности. Роль мышления, воображения, речи в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>5</b>	
СР№6. «Диагностика развития словесно-логического мышления (тест Р. Кеттела). Диагностика умственной работоспособности (тест Э. Крепелина). Разработка практических рекомендаций по развитию интеллектуальной сферы личности».			

	СР№7. Глоссарий «Познавательные процессы».		
<b>Тема 1.7</b> Эмоции и чувства. Воля	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>8</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Эмоции и чувства: понятие, общая характеристика, виды.		
	Физиологические основы и психологические теории эмоций.		
	Развитие и выражение эмоций и чувств.		
	Воля: понятие, общая характеристика волевых действий.		
	Физиологические и мотивационные аспекты волевых действий.		
	Структура волевого действия. Волевые качества человека и их развитие.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
Контрольная работа №1. ПР№6. «Диагностика эмоциональных состояний личности (тест А. Уэссмана, Д. Рикса). Диагностика волевого потенциала личности (тест Н. Обозова). Разработка практических рекомендаций по развитию эмоционально-волевой сферы личности в спортивной деятельности».			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>		
СР№8. Роль эмоций, чувств, воли в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.	2		
<b>Итого за 2 семестр</b>		<b>60</b>	
<b>3 семестр</b>			
<b>Тема 1.8</b> Психические состояния	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>8</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Понятие психических состояний. Виды, классификация, характеристика.		
	Эмоциональный стресс: понятие, структура, последствия стресса.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>4</b>	
	ПР№7. Механизмы психологической защиты.		
	ПР№8. Технологии психологической диагностики, коррекции, снятия эмоциональных стрессов. Разработка практических рекомендаций по коррекции и снятию эмоциональных стрессов личности.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>3</b>	
СР№9. «Диагностика стрессоустойчивости личности (тест С. Коухена, Г. Виллиансона). Экспресс-диагностика уровня личностной фрустрации (В.В. Бойко).».	3		
<b>Тема 1.9</b> Темперамент и характер	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>6</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Понятие темперамента, характера		
	Физиологические основы темперамента.		
	Психологические характеристики темперамента и особенности деятельности личности.		
	Связь характера с темпераментом.		
	Акцентуации характера.		



	Формирование характера.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>	<b>2</b>	
	ПР№9. «Определение типа темперамента (тест Г. Айзенка «ЕРІ»)».		
	ПР№10. «Диагностика акцентуаций характера (тест К. Леонгарда)».		
<b>Тема 1.10</b> Мотивация и деятельность	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>6</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Понятие о мотиве, мотивации, направленности личности.		
	Понятие потребности. Структура потребностей по А. Маслоу. Психологическая структура учебной деятельности.		
	Понятие деятельности. Структура деятельности.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий:</b>	<b>2</b>	
	ПР№11. Диагностика мотивации достижения (тест А. Мехрабиан). Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>6</b>	
СР№10. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте.	3		
СР№11. Характеристика основных видов деятельности (общение, игра, учение, труд).	3		
<b>Тема 1.11</b> Способности	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>6</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Понятие способностей. Общая характеристика.		
	Уровни развития способностей и индивидуальные различия.		
	Классификация и структура способностей.		
	Врожденное и приобретенное в способностях.		
	Формирование и развитие способностей.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий:</b>	<b>2</b>	
	ПР№12. «Психологическая оценка организаторских способностей личности в рамках организуемой группы (тест Л.И. Уманского с соавторами)».		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>3</b>		
СР№12. Роль способностей в жизнедеятельности человека, в физическом воспитании и спорте.			
<b>Раздел 2. Основы психодиагностики</b>			
<b>Тема 2.1</b> Возрастные периоды развития человека	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>6</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Периодизация возрастного развития. Понятие развития. Понятие возраста. Соотношение хронологического и психологического возраста.		
	Период раннего детства.		
	Период дошкольного детства.		
	Школьный и юношеский период.		
	Акмеологический период развития – период взрослости.		
	Геронтогенез.		

	Понятие кризиса, зоны ближайшего развития (по Л.С. Выготскому).		
	Понятие ведущего вида деятельности (по Д.Б. Эльконину).		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>4</b>	
	СР№13. Потенциалы возрастного развития. СР №14. Понятие развития. Понятие возраста. Соотношение хронологического и психологического возраста.		
<b>Тема 2.2</b> Обучающийся как субъект образовательного процесса	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>6</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Индикаторы индивидуальных особенностей траектории жизни, их девиации у обучающихся.		
	Социальная и школьная дезадаптация, девиантное поведение: понятие, причины, психологические основы предупреждения и коррекции.		
	Психологическая готовность к школе как фактор школьной дезадаптации.		
	Девиантное поведение, работа с обучающимися «группы риска».		
	Основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии обучающихся.		
	Одаренные обучающиеся. Развитие одаренности обучающихся.		
	<b>В том числе практических и лабораторных занятий:</b>	<b>2</b>	
ПР№13. Анализ диагностических методик «Определение склонности личности к отклоняющемуся поведению (тест А.Н. Орел). Экспертная диагностика социально-педагогической запущенности детей (тест Р.В. Овчаровой)».			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2</b>		
СР№15. Обучающийся как субъект образовательного процесса. Обучаемость и ее критерии.			
<b>Тема 2.3</b> Психология межличностных отношений субъектов образовательного процесса	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>4</b>	ОК 01. - ОК 12 ПК 1.1-1.6 2.1-2.8 3.1-3.5 ЛР 1-4, 6-7, 9-16, 18-22
	Особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте.		
	Закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности.		
	Закономерности развития детских и подростковых сообществ.		
	Групповая динамика.		
	Контрольная работа №2. СМИ (средства массовой информации): виды и основные функции.		
	Закономерности общения и поведения в социальных сетях.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
СР№16. Основные методы воздействия СМИ на личность и группу.			
<b>Промежуточная аттестация: контрольная работа</b>			
<b>Всего:</b>		<b>123</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

- «Кабинет «Педагогики и психологии», оснащенный оборудованием: ученические столы и стулья, стол и стул преподавателя, шкаф для хранения методического материала, техническими средствами обучения: компьютер, телевизор;
- **Средства обучения при дистанционной форме:** предусмотрена дистанционная форма. Колледж предоставляет обучающимся возможность оперативного обмена информацией с российскими образовательными организациями, иными организациями и доступ к современным профессиональным базам данных и информационным ресурсам сети Интернет

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд колледжа имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### 3.2.1. Основные печатные издания

1. Белякова, Е. Г. Психология: учебник и практикум для СПО/ Е. Г. Белякова. — М.: Юрайт, 2020. — 263 с. — (Профессиональное образование). [Электронный ресурс; Режим доступа <https://urait.ru>]
2. Нуркова, В. В. Общая психология: учебник для СПО/ В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. — 3-е изд., пер. и доп. — М.: Юрайт, 2020. — 524 с. — (Профессиональное образование). [Электронный ресурс; Режим доступа <https://urait.ru>]

##### 3.2.2. Основные электронные издания

1. <http://window.edu.ru>
2. <http://video.yandex.ru>

##### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Ефимова, Н.С. Основы общей психологии: учебник.-М.: Форум., Инфра-М, 2010. – 288 с.:
2. Немов, Р.С. Психология. – учебник.-М.: Владос, 2007-607 с.
3. Справочные материалы по педагогической психологии/сост. Б.Р. Мандель.-Ростов н/Д.: Феникс, 2010.-383 с.
4. Столяренко, Л. Д. Психология общения [Текст] : учебник для колледжей / Л. Д. Столяренко, С. И. Самыгин. - Ростов н/Д. : Феникс, 2013. - 319 с. - (Среднее профессиональное образование).

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;</li> <li>- основы психологии личности;</li> <li>- закономерности психического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;</li> <li>- возрастную периодизацию, возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;</li> <li>- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;</li> <li>- групповую динамику;</li> <li>- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;</li> <li>- основы психологии творчества;</li> <li>- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности</li> </ul>	<p>оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач;</p> <p>оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения;</p> <p>оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач;</p>	<p>Устный опрос, проверочные работы, тестирование</p>
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять знания по психологии при решении педагогических задач;</li> <li>- выявлять индивидуальные и типологические особенности занимающихся;</li> <li>- использовать стандартизированные методы психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей, занимающихся;</li> <li>- составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности обучающегося</li> </ul>	<p>оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.</p>	<p>Оценка результатов выполнения практических работ</p>