

**Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное учреждение профессиональная
образовательная организация «Кисловодское государственное училище
(техникум) олимпийского резерва»**

Утверждаю
Директор ФГБУ ПОО
«ГУОР г. Кисловодск»
Т.И. Калашникова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.08 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Кисловодск, 2024 г.

*Рассмотрено на заседании методического
объединения преподавателей училища*

Рекомендовано педагогическим советом

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура, входящей в состав укрупненной группы специальностей СПО 49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.

ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.11.2022 № 968

Организация-разработчик: ФГБУ ПОО «ГУОР г. Кисловодск»

Разработчик:

Боровик Ольга Николаевна, кандидат психологических наук, доцент,
преподаватель высшей квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

**1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.08 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ**

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.08 Основы психологии является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 04.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения, знания, формируются необходимые общие компетенции (ОК).

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04	применять знания при решении педагогических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности; организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;	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; психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности, основы проектной деятельности.

ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	78
в т.ч. в форме практической подготовки	42
теоретическое обучение	36
практические занятия	42
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в психологию		9/2	
Тема 1.1. Предмет и задачи психологии	Содержание	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии. 2. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой	1	
Тема 1.2. Методы изучения психики	Содержание	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие о методе научного познания в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи. 2. Основные методы психологических исследований. Классификация Б.Г. Ананьева.	1	
Тема 1.3. Психика и ее развитие	Содержание	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	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. 2. Физиологические основы психики человека	1	
Тема 1.4. Сознание человека	Содержание	2/-	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания. 2. Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у	2	

	человека. Сравнение психики человека и животных.		
	3. Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.		
Тема 1.5. Деятельность	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	Основные понятия психологической теории деятельности. Макроструктура деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 1. Решение психологических задач по теме «Деятельность»		
Раздел 2. Познавательные психические процессы		33/20	
Тема 2.1. Ощущения	Содержание	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений	1	
	2. Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст ощущений, сенсбилизация, синестезия).		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 2. Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений	2	
	Практическое занятие 3. Решение психологических задач по теме «Ощущения»	1	
Тема 2.2. Восприятие	Содержание	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии.	1	
	2. Классификация видов восприятия.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 4. Иллюзии зрительного восприятия	2	
	Практическое занятие 5. Решение психологических задач по теме «Восприятие»	1	
Тема 2.3. Внимание	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды.	2	
	2. Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание.		

	Развитие внимания.		
	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	5/4	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.	1	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 8. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника.	2	
	Практическое занятие 9. Решение психологических задач по теме «Память»	2	
Тема 2.5. Воображение	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения.	1	
	Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения.	1	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 10. Решение психологических задач по теме «Воображение»	2	
Тема 2.6. Мышление	Содержание	8/4	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды мышления. Предметно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление.	4	
	2. Операции мышления. Процесс решения мыслительных задач. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение.		
	3. Развитие мышления		
	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	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл.	2	

	2. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь. Развитие речи.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 12. Решение психологических задач по теме «Речь»	2	
Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности		30/20	
Тема 3.1. Человек как субъект, личность и индивидуальность	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Понятие о человеке как субъекте и личности. Структура личности. Самосознание личности. Я-концепция. Механизмы психологической защиты.	2	
	2. Направленность личности, формы ее проявления.		
	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	10/6	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства. Развитие эмоций.	4	
	2. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека и их развитие.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие 15. Психологические состояния и их регуляция.	2	
	Практическое занятие 16. Исследование волевых качеств личности.	2	
Практическое занятие 17. Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»	2		
Тема 3.3. Темперамент	Содержание	8/4	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента.	4	
	2. Типологии темперамента.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 18. Исследование типов темперамента.	2	
Практическое занятие 19. Решение психологических задач по теме «Темперамент»	2		
Тема 3.4.	Содержание	8/4	ОК 01, ОК 02,
	1. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера.	4	

Характер	2. Типологии характера. Формирование характера.		ОК 04
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 20. Исследование типа характера на основе самодиагностики.	2	
	Практическое занятие 21. Решение психологических задач по теме «Характер»	2	
Тема 3.5. Способности	Содержание	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 04
	1. Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное.	2	
	2. Виды способностей. Развитие способностей.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 22. Исследование творческих способностей.	2	
	Практическое задание 23. Решение психологических задач по теме «Способности»	2	
Всего:		78/42	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен учебный кабинет «Педагогики и психологии», оснащенный в соответствии п. 6.1.2.1 образовательной программы по данной специальности.

Оборудование учебного кабинета: учебная мебель, комплект учебно-методической документации, компьютерные презентации, раздаточный материал. Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

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>.

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/5176>.

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>.

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>.

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>.

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>.

7. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология: учебник для учреждений СПО: ЭУМК. – Москва: Издательский центр «Академия», 2021. – 496 с.

3.2.3. Дополнительные источники

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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять знания общей психологии при решении психологических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности 	<ul style="list-style-type: none"> – использование знаний психологии при решении психологических задач; – поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей. 	<ul style="list-style-type: none"> – оценка результатов выполнения практической работы; – экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – 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. 	<ul style="list-style-type: none"> – 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 	<ul style="list-style-type: none"> – анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач; – анализ и оценка презентации по выбранной теме

	<p>психологической защиты личности;</p> <ul style="list-style-type: none">– 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;– знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, способности);– понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека.	
--	---	--