

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГОРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**УТВЕРЖДАЮ**

---

**Проректор по научной работе,  
профессор В.Л. ТРУШКО**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

по научной специальности

**13.00.04 Теория и методика физического воспитания, спортивной  
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

(ОД.А.04.02 цикла ОД.А.04" Дисциплины по выбору аспиранта"  
основной профессиональной образовательной программы  
послевузовского профессионального образования (аспирантура)  
по отрасли наук 13.00.00 Педагогические науки

## **1. Цели и задачи дисциплины, ее место в системе подготовки аспиранта, требования к уровню освоения содержания дисциплины**

### **1.1. Цели и задачи изучения дисциплины**

**Цель изучения дисциплины** – освоение студентами системы научно-практических знаний в области теории физической культуры и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности.

#### **Задачи дисциплины:**

- обеспечить усвоение студентами фундаментальных знаний в области теории физической культуры, целостного осмысления сути профессиональной деятельности, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов, форм организации физической культуры, а также сформировать у них профессионально-педагогических умения и навыки по специальности;
- сформировать у студентов широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам физической культуры, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;
- воспитать у будущих специалистов педагогическое мышление, познавательную активность, самостоятельность и ответственность за качество учебного труда и подготовки к профессиональной деятельности, дисциплинированность, потребность в научно-исследовательской и практической деятельности в сфере физической культуры;
- сформировать убеждение в важности и необходимости в высококвалифицированных специалистах для решения государственных задач физического совершенствования населения.

### **1.2. Требования к уровню подготовки аспиранта, завершившего изучение данной дисциплины**

Аспиранты, завершившие изучение данной дисциплины, должны знать:

- социальную сущность, структуру и функции физической культуры;
- цели и задачи функционирования системы физической культуры;
- общие принципы формирования физической культуры личности;
- основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;
- особенности содержания, методики подбора и использования физических упражнений и других средств при решении педагогических задач;
- методику обучения двигательным действиям, развития физических и других способностей и воспитания личности в процессе занятий физическими упражнениями;
- формы построения занятий в различных видах физической культуры;
- организационные основы занятий физическими упражнениями;
- особенности направленного использования многообразных форм физической культуры в разные периоды жизни человека.

### **1.3.Связь с предшествующими дисциплинами**

Курс предполагает наличие у аспирантов знаний о роли физической культуры в жизни людей, видах её проявления. Знание терминологии, применяемой в области физического образования.

### **1.4.Связь с последующими дисциплинами**

Знания и навыки, полученные аспирантами при изучении данного курса, необходимы при подготовке и написании диссертации по специальности 13.00.04 Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

## 2. Содержание дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы (в часах и зачетных единицах)

1-3 годы аспирантуры; вид отчетности – зачёт

Вид учебной работы	Объем часов
Трудоемкость изучения дисциплины	180
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	2
в том числе:	
лекции	2
семинары	0
практические занятия	0
Самостоятельная работа аспиранта (всего)	178
в том числе:	
Изучение литературы	178
Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку	178

### 2.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Название раздела дисциплины	Объем часов			
		лекции	семинары	практич. занятия	самостоят. работа
1	Тема 1 Общие основы спортивной психологии	2	0	0	24
2	Тема 2 Спортивная психология в различные периоды возрастного развития	0	0	0	22
3.	Тема 3 Общие основы теории и методики спортивной психологии	0	0	0	26
4.	Тема 4 Введение в теорию спортивной психологи	0	0	0	22
5	Тема 5 Психология в образовательных учреждениях	0	0	0	26
6	Тема 6 Спортивная психология в жизни спортивной команды	0	0	0	22
7	Тема 7 Психология в индивидуальной подготовке спортсмена	0	0	0	36
	<i>Итого:</i>	2	0	0	178

### **2.3. Лекционный курс- установочная лекция.**

#### **2.3.1 Задачи курса:**

- формирование первичного представления о способах самостоятельной работы с литературой;
- уточнение сроков и дат отчётных периодов.

#### **2.3.2 Темы курса:**

- способы обработки и структурирования научных знаний, полученных из различных источников;
- методы классификации информации и концептуации выявленных точек зрения.

### **2.4. Практические (семинарские) занятия – не предусмотрены.**

**3. Организация текущего и промежуточного контроля знаний. Промежуточная аттестация по данной учебной дисциплине – допуск к кандидатскому экзамену после овладения самостоятельного материала аспирантов. Форма контроля – устный опрос.**

#### **3.1. Контрольные работы – не предусмотрены.**

#### **3.2. Список вопросов для промежуточного тестирования – не предусмотрено.**

#### **3.3. Самостоятельная работа**

##### Формы проведения самостоятельных учебных занятий:

- Работа с учебной и научной литературой (по прилагаемому примерному списку).

#### **3.3.1. Поддержка самостоятельной работы:**

- Список литературы и источников для обязательного прочтения.

Полнотекстовые базы данных и ресурсы Главной библиотеки СПбГУ, доступ к которым обеспечен из сети Интернет СПбГУ:

1. Издания Санкт-Петербургского гос. горного университета
2. Полнотекстовая БД диссертаций РГБ
3. БД журнала "Теория и методика спорта"
4. БД журнала «Учёные записки университета Лесгафта»
5. Университетская библиотека ONLINE
6. Университетская информационная система Россия

#### **3.3.2. Примерная тематика рефератов.**

1. Этапы формирования теории физической культуры как профилирующей дисциплины в физкультурных учебных заведениях.
2. Причины и результаты перехода от теории физического воспитания к теории физической культуры как вида физической культуры личности и общества.
3. Физическая культура как вид культуры общества.
4. Компонентный состав физической культуры как социального явления.
5. Социальные функции физической культуры как вида культуры.
6. Ценностный аспект физической культуры.
7. Понимание человека как целостности и физическая культура.
8. Эволюция взглядов на понятия «культура» и физическая культура.
9. Основные этапы и аспекты развития знания о физической культуре.

**Итоговый контроль** проводится в виде зачёта.

#### 4. Технические средства обучения и контроля, использование ПК

Программы пакета Microsoft Office;

- Полнотекстовые базы данных и ресурсы Главной библиотеки СПГГУ, доступ к которым обеспечен из сети Интранет СПГГУ.  
Использование программного обеспечения Biomeh.

#### 5. Активные методы обучения (деловые игры, научные проекты)

не предусмотрены.

#### 6. Материальное обеспечение дисциплины

- Компьютерное оснащение с возможностью выхода в Интернет и в локальную сеть, а также принтеры, сканеры и ксероксы.

#### 7. Рекомендуемый библиографический список

##### 7.1. Основная

1. Современная система спортивной подготовки/ Под общ. ред. В.Л.Сыча, А.С. Хоменкова и Б.Н. Шустика. – М.: СААМ, 1994. – 446 с.
2. Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учеб. пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина и В.И. Попова; СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 324 с.
3. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студ. фак. физ. культуры пед. ин-тов по специальности 0303 «Физическая культура»/ Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. – 360 с.
4. Теория и методика физической культуры: учебник/ под. Ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.

##### 7.2. Дополнительная

1. Верхошанский Ю.Ф. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.
2. Верхошанский Ю.Ф. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
3. Визитей Н.Н. Физическая культура личности. – Кишинев: Штиинца, 1989. – 169 с.
4. Вилинский М.Я. Физическая культура в научной организации процесса обучения в высшей школе. - М.: Физкультура и спорт, 1992.
5. Виноградов Г.П. Теория и методика рекреационных занятий. – СПб., 1997. – 233 с.
6. Выдрин В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры: Учеб. пособие/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2001. – 76 с.
7. Выдрин В.М. Теория и методика физической культуры (культуроведческий аспект): Учеб. пособие/ ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988. – 45с.
8. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.
9. Гуревич И.А. 1500 упражнений для круговой тренировки. – Минск: Высшая школа, 1976. – 304 с.
10. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию. – Минск: Высшая школа, 1994. – 319 с.
11. Дмитриев С.В. Дидактические основы ценностно-смыслового и биомеханического моделирования двигательных действий спортсмена. – Н.Новгород, 1995. – 150 с.
12. Донской Д.Д. Законы движений в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1968. – 175 с.
13. Евстафьев В.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры: Мат-лы к лекциям и семинарам/ ВИФК. – Л., 1985. – 133 с.
14. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 1970. – 199 с.
15. Зеличенко В.Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: Критерии отбора. – М.: Terra-спорт, 2000. – 240 с.

16. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания (Факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности). – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
17. Курамшин Ю.Ф. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа: Моногр./ РГПУ им. А.И. Герцена. – 2-е изд., доп. – СПб., 2002. – 148 с.
18. Курамшин Ю.Ф. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств: Теория и технология применения/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1998. – 76 с.
19. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека/ ГЦИФК. – М., 1992. – 120 с.
20. Матвеев Л.П. Общая теория спорта: Учеб. книга для завершающих уровней высш. физкультурного образования. – М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. – 304 с.
21. Настольная книга учителя физической культуры/ Под ред. Л.Б.Кофмана; Авт.-сост. Г.И. Погадаев; Предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. - М.: Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.
22. Николаев Ю.М. Теоретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века. – СПб., 1998. – 217 с.
23. Основы управления подготовкой юных спортсменов/ Под ред. М.Я. Набатниковой. - М.: Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.
24. Очерки по теории физической культуры/ Сост. и общ. ред. Л.П.Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1984. – 248 с.
25. Платонов В.А. Подготовка квалифицированных спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.
26. Пономарев Н.И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека/ СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1996. – 284 с.
27. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. – Минск, 1985. – 138 с.
28. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Определение одаренности и поиск талантов в спорте. – М.: Спорт Академ Пресс, 2000. – 112 с.
29. Сирис П.З., Кабачков В.А. Профессионально-производственная направленность физического воспитания школьников: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1988. – 160 с.
30. Система подготовки спортивного резерва. – М., 1993. – 319 с.
31. Теоретическая подготовка юных спортсменов: Пособие для тренеров ДЮСШ/ Под ред. Ю.Ф. Буйлина и Ю.Ф. Курамшина. - М.: Физкультура и спорт, 1981. – 192 с.
32. Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т. 1. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 304 с.
33. Теория и методика физического воспитания/ Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т. 2. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 256 с.
34. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учеб. пособие. - М.: Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.
35. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству (адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам). - М.: Физкультура и спорт, 1986. – 169 с.
36. Хрестоматия по физической культуре: Учеб. пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина, Н.И. Пономарева, В.И. Григорьева. – СПб.: Изд-во СПб ГУЭФ, 2001. – 254 с.

### **7. 3. Учебно-методические материалы по дисциплине**

1. Ашмарин Б.А. Теория физического воспитания. Контрольные вопросы и задания. – СПб.: Изд-во «Образование», 1993. – 70 с.

#### **Разработал:**

Зав. кафедрой физического воспитания  
доцент, канд. пед. наук

Г.В. Руденко