

АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА»

Введение в спортивную психологию

Программа учебной дисциплины предназначена для студентов специализации «Психология спорта», направлена на ознакомление с основными направлениями исследований, представленных в ведущих зарубежных периодических изданиях по спортивной психологии.

Программа знакомит с основными направлениями в области спортивной психологии: методы работы спортивно психолога, социальные феномены в спортивной психологии, символическая и знаковая репрезентация в спорте, проблема времени. В программе обсуждаются особенности психологического сопровождения подготовки спортсменов и тренеров к спортивным соревнованиям – в индивидуальной и командной работе психолога; специфика психологической работы в детском и юношеском спорте. Особое внимание уделяется обсуждению вопросов ранней диагностики в спорте, изучению личностных особенностей в спортивной психологии.

В программе предполагается использование мультимедийных электронных форм обучения: видео-презентации, демонстрация видео-фрагментов. Для текущего контроля успеваемости планируется выполнение контрольных работ, рефератов, докладов. В целях формирования социально-личностных и профессиональных компетенций в рамках программы организуются встречи с лицами, известными в мире спорта, и представителями научных сообществ.

Результатом освоения программы курса является формирование у студентов системы компетенций в соответствии с задачами профессиональной деятельности в сфере психологии спорта. В рамках предлагаемой программы студенты должны получить знания и навыки, объем и структура которых сопоставимы с программами, реализуемыми в ведущих зарубежных университетах.

The program is designed for students specialization "Sports Psychology", aims to familiarize with the main areas of research presented in leading international journals on sports psychology.

The program introduces the basic directions in the field of sports psychology techniques of sport psychology, social phenomena in sport psychology, symbolic and iconic representation of the sport, the problem of time. The program discusses the features of psychological support of training

athletes and coaches to sports competitions - in individual and team work of the psychologist, the specificity of psychological work in the children's and youth sports. Special attention is paid to the discussion of issues of early diagnosis in the sport, the study of personal characteristics in sport psychology.

The program assumes to use the multimedia electronic forms of training: video-presentations, a demonstration of video-fragments. Tests, essays, reports will perform to monitor the progress. In order to create social, personal and professional competencies in the program will have meetings with persons known to the world of sports, science.

The result of a mastery of the course is to develop students' competence according to the tasks of professional activity in the field of sport psychology. Under the proposed program, students have the knowledge and skills, the scope and structure of which is comparable with the programs implemented in the leading foreign universities.

Иновационные методы спортивной психологии (на английском языке)

Программа учебной дисциплины предназначена для студентов специализации «Психология спорта», направлена на ознакомление с основными направлениями исследований, представленных в ведущих зарубежных и отечественных изданиях по спортивной психологии.

Программа знакомит с основными направлениями в области спортивной психологии: методы работы спортивно психолога, социальные феномены в спортивной психологии, символическая и знаковая репрезентация в спорте, проблема времени. В программе обсуждаются особенности психологического сопровождения подготовки спортсменов и тренеров к спортивным соревнованиям – в индивидуальной и командной работе психолога; специфика психологической работы в детском и юношеском спорте. Особое внимание уделяется обсуждению вопросов ранней диагностики в спорте, изучению личностных особенностей в спортивной психологии.

В программе предполагается использование мультимедийных электронных форм обучения: видео-презентации, демонстрация видео-фрагментов. Для текущего контроля успеваемости планируется выполнение контрольных работ, рефератов, докладов. В целях формирования социально-личностных и профессиональных компетенций в рамках программы организуются встречи с лицами, известными в мире спорта, и представителями научных сообществ.

Результатом освоения программы курса является формирование у студентов системы компетенций в соответствии с задачами профессиональной деятельности в сфере психологии спорта. В рамках предлагаемой программы студенты должны получить знания и навыки, объем и структура которых сопоставимы с программами, реализуемыми в ведущих зарубежных университетах.

The program is designed for students specialization "Sports Psychology", aims to familiarize with the main areas of research presented in leading international journals on sports psychology.

The program introduces the basic directions in the field of sports psychology techniques of sport psychology, social phenomena in sport psychology, symbolic and iconic representation of the sport, the problem of time. The program discusses the features of psychological support of training athletes and coaches to sports competitions - in individual and team work of the psychologist, the specificity of psychological work in the children's and youth sports. Special attention is paid to the discussion of issues of early diagnosis in the sport, the study of personal characteristics in sport psychology.

The program assumes to use the multimedia electronic forms of training: video-presentations, a demonstration of video-fragments. Tests, essays, reports will perform to monitor the progress. In order to create social, personal and professional competencies in the program will have meetings with persons known to the world of sports, science.

The result of a mastery of the course is to develop students' competence according to the tasks of professional activity in the field of sport psychology. Under the proposed program, students have the knowledge and skills, the scope and structure of which is comparable with the programs implemented in the leading foreign universities.

Метапознание в психологии спорта

В рамках учебной дисциплины рассматриваются основные понятия, подходы и результаты исследований метапознавательной деятельности человека и ее роли в психологии спорта. Учащиеся знакомятся с прикладными возможностями исследования метапознания для разработки технологий оптимизации познавательных процессов.

The discipline is devoted to the basic concepts, approaches and research results of metacognitive human activity and its role in mass media communications. Students are introduced

to applied capabilities of metacognition research to develop technologies for optimization of cognitive processes.

Основы педагогики и методики спортивной деятельности

Содержанием дисциплины является изучение основных этапов развития отечественной системы физического воспитания, истории и становления общей и спортивной педагогики, их роли и места в общей системе физической культуры, педагогических основ организации учебно-воспитательной и тренировочной работы.

Спецкурс является дисциплиной, предполагающей овладение системными знаниями о факторах, определяющих профессиональное мастерство в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности, овладении специальной терминологией и понятийном аппарате физкультурно-спортивной отрасли, об основных требованиях, предъявляемых к личности специалиста в области физической культуры и спорта, основах формирования профессионального мастерства специалиста, о приёмах общения специалиста со спортивной группой и каждым индивидуумом и основах межличностного общения в коллективе, о роли физической культуры и спорта в направленном формировании личности, о формах организации и средствах управления педагогическим процессом и основах технологии воспитательной деятельности педагога и тренера.

The content of discipline is studying of the main stages of development of domestic system of physical training, history and formation of the general and sports pedagogic, their role and a place in the general system of physical culture, pedagogical bases of the organization of teaching and educational and training work.

The special course is the discipline assuming mastering by system knowledge of factors, defining professional skill in the chosen type of sports and sports activity, mastering by special terminology and a conceptual framework of sports and sports branch, about the main requirements shown to the identity of the expert in the field of physical culture and sport, bases of formation of professional skill of the expert, about receptions of communication of the expert with sports group and each individual and bases of interpersonal communication in collective, about physical culture and sport role in the directed formation of the personality, about forms of the organization and control facilities pedagogical process and bases of technology of educational activity of the teacher and the trainer.

Основы управления сложными переговорами в спорте

Традиционным институтом предотвращения и разрешения конфликтов, является социальный институт переговоров. В этой связи данный курс сориентирован на конструирование цивилизованных норм предотвращения и разрешения противоречий, толерантности и культуры сложных переговоров, то есть культуры, ориентированной на поиск взаимовыгодного сотрудничества между различными людьми, социальными группами.

Курс рассматривается нами как концептуальное и логическое продолжение совершенствования подготовки профессионалов, по экспертизе, предотвращению и разрешению конфликтов. Знания и умения, полученные в рамках данного курса, создают базу для проектирования позитивных социальных действий в сложных ситуациях в переговорном процессе.

Приоритетной предполагается ориентация на формирование системы практических компетенций – специальных навыков и умений. В рамках предлагаемой программы студенты получают теоретические и практические знания, объем и структура которых сопоставимы с программами ведущих западных университетов. Полученные знания позволят сформировать у студентов целостную картину современной теории и практики сложных переговоров в спорте, которая может стать основой для их предстоящего профессионального взаимодействия с целью организации индивидуальной и групповой работы с основными субъектами спортивной деятельности (спортсменами, тренерами, спортивными менеджерами, и др.)

Данный курс включает авторские разработки, и предполагает постоянное обновление новыми заданиями и упражнениями, с учетом запроса социальной практики и компетенции студентов. Она включает инновационный компонент, что предполагает комплексное использование в процессе всего курса, мультимедийных электронных форм обучения (видео-презентации, аудио и видео-фрагментов), широкое использование игровых моделей (ролевые игры, упражнения, имитационные игры), видеотренинг.

Traditional institute of prevention and the conflict resolution, consent achievement is the social institute of negotiations. That's why our course is oriented for designing of civilized norms of prevention and the contradiction resolution, tolerance and culture of difficult negotiations, that is the culture aimed at search of mutually advantageous cooperation between various people, social groups.

Our course is considered as the conception and logical continues improving the training of the professionals, considering process of examination, prevention and the conflict resolution in negotiations. Knowledge, skills and abilities, are develop, can become foundation of positive communicative aims and designing of positive social actions in the difficult negotiation process.

Thus priority is supposed to develop a system of practical competencies - special skills and abilities. According to this program students should receive practical knowledge, the volume and structure, which are comparable to programs of leading western universities. This knowledge will allow generating a complete picture of the modern theory and practice of difficult negotiation in sport, which can become a basis for their further professional work, which aimed at organize individual and group work with key subjects in sport (sportsmen, trainers, managers, etc.).

Our course include the author's "know how" and is supposed constant renovation by new tasks and exercises, according to inquiry of social practice and competencies of students. It includes an innovative component that assumes complex use in the course of all rate, multimedia electronic forms of training (video-presentations, audio and video-fragments), wide use of game models (role games, exercises, imitating games), video training.

Преодоление трудных ситуаций в спорте: диагностика и психологические технологии

Содержание курса раскрывает проблему преодоления трудных жизненных ситуаций (или совладания, копинга) в предложенном Федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования третьего поколения формате. Спецкурс предполагает как овладение системой знаний в данной области, так и приобретение опыта их применения в практической деятельности спортивного психолога. Структура обучения по данной программе предусматривает ознакомление и овладение: навыками психодиагностики копинга и его детерминант; техниками психологической работы.

Значимость курса для подготовки специалиста в области психологии спорта определяется тем, что спортивная деятельность предполагает целенаправленную тренировку, планомерные усилия, соревнование, достижение высоких результатов. Все это связано с преодолением трудностей объективного и субъективного характера. Курс направлен на изучение способов и факторов копинга; понимание связи преодоления трудностей и разных видов мотивации достижения; разбор составляющих успешных и неудачных сценариев

реагирования на трудные ситуации. Полученные в результате освоения курса компетенции основаны на понимании механизмов эффективной спортивной деятельности.

The program exposes the problem of coping with difficult life situations in the proposed federal state educational standards of third generation format higher education. The course includes both the mastery of a knowledge system in this field and the possibilities of their application in psychological practice. The structure of the training provides familiarization and mastery: psychological diagnosis coping skills and its determinants; techniques of psychological work.

The importance of training courses for specialists in the field of sports psychology is determined by the fact that sports activity involves targeted training, systematic effort, competition, striving to achieve high results. All this is connected with overcoming difficulties of objective and subjective plans. The course aims to examine ways and factors of coping; understanding the relationship between overcoming difficulties and different kinds of motivation of achievement; analysis of the components of success and failure scenarios of responding to difficult situations. The resulting level of competence is based on understanding the mechanisms of effective sport activities.

Психодиагностика в спорте

Данный курс сориентирован на получение практических умений и навыков, таких как:

обоснованный выбор психодиагностических методов в соответствии с задачами обследования и психометрическими характеристиками методик;

грамотное, профессиональное проведение психодиагностического обследования с помощью выбранных процедур;

умение грамотно интерпретировать полученные данные и формулировать психодиагностическое заключение в соответствие с поставленной практической задачей.

Данный спецпрактикум рассматривается нами как начальный этап подготовки профессионалов в сфере психологии в спорте. При этом приоритетным предполагается формирование системы практических компетенций – специальных навыков и умений. В рамках предлагаемой программы студенты должны получить начальный уровень практических знаний, объем и структура которых сопоставимы с программами ведущих западных университетов. Полученные знания позволят сформировать у студентов базовую целостную картину современной теории и практики психодиагностики в спорте, которая

может стать основой для их дальнейшей подготовки в рамках специальных курсов и практикумов.

Данный спецпрактикум – авторская программа, предполагающая постоянное обновление новыми заданиями, с учетом запроса социальной практики, знакомство студентов с последними достижениями в области психодиагностики в спортивной деятельности. Она включает инновационный компонент, что предполагает использование в процессе всего курса компьютерных форм обучения.

Our course is oriented for reception of practical skills, such as:

The reasonable choice of psychodiagnostic methods according to commitments of inspection and psychometric characteristics of techniques;

Competent, professional realisation of psychodiagnostic inspection by means of the chosen procedures;

Competently to interpret ability the obtained data and to formulate a psychodiagnostic conclusion in accordance with the delivered practical commitment.

Our course is considered by us as the initial stage of preparation of professionals in psychology sphere in sports. Thus priority is supposed to develop a system of practical competencies - special skills and abilities. According to this program students should receive initial level of practical knowledge, the volume and structure, which are comparable to programs of leading western universities. The received knowledge will allow to students to develop a base complete picture of the modern theory and psychodiagnostics practice in sports, which can become a basis for their further preparation of special courses and practical works.

Our course - the author's "know how", assuming constant renovation by new tasks, with allowance for inquiry of social practice, acquaintance students with last achievements in the field of psychodiagnostics in sports activity. It includes an innovative component that assumes use in the course of all rate of computer forms of training.

Психология здоровья в спорте

Курс направлен на формирование у студентов знаний по методологии, теории и практике психологии здоровья и использованию этих знаний в деятельности спортивного психолога; о возможностях психологии здоровья в области укрепления и охраны здоровья спортсменов; о значимости вопросов, входящих в предметную область психологии здоровья; в гармонизации психического и физического развития спортсменов; в повышении их

психологической устойчивости и адаптивных ресурсов; в формировании здорового образа жизни; а также решении задач профилактики, реабилитации и реадaptации.

Анализируются современные подходы к определению понятий «здоровье» и «болезнь». Обсуждается самостоятельная онтологическая сущность категории «здоровье». Вводится представление о здоровье как о динамическом состоянии, имеющем системное строение и многофакторную детерминацию. Описываются факторы здоровья: биологические, психологические и социальные. Обсуждаются вопросы обеспечения физического, психического (и психологического) и социального здоровья спортсменов.

Рассматриваются основные модели здоровья и болезни: медико-биологическая, психосоциальная, био-психо-социальная; обсуждаются основные методологические и практические трудности, возникающие при работе в рамках каждой модели; ограничения моделей; возможности приложения моделей к решению теоретических и прикладных задач в области психологии спорта.

Подробно обсуждается проблема отношения к здоровью и болезни в спортивной среде. С теоретико-методологических и историографических позиций анализируется категория «внутренняя картина здоровья (ВКЗ)» и близкие понятия; представления о структуре ВКЗ; условия и факторы, влияющие на становление ВКЗ спортсменов, в сравнении с не занимающимися спортом; роль психологических факторов в становлении ВКЗ; возрастные особенности ВКЗ; подходы к коррекции ВКЗ и богатые методологические возможности использования данной категории при решении задач психологического обеспечения спортивной деятельности.

Обсуждаются основные направления деятельности спортивного психолога при решении задач повышения индивидуальной и общественной ценности здоровья в спортивной среде; укрепления и охраны здоровья спортсменов; в формировании здорового образа жизни спортсменов; в повышении их адаптивных ресурсов; при оценке копинг-ресурсов и копинг-стратегий; при решении задач профилактики, реабилитации и реадaptации.

Подробно рассматривается проблема формирования здорового образа жизни спортсменов: представления о здоровом образе жизни в истории науки и культуры; параметры здорового образа жизни с позиций разных наук и с позиций «теории обыденных представлений»; психологические подходы к формированию здорового образа жизни; психологические аспекты формирования здорового образа жизни в спорте; специфика представлений о здоровом образе жизни в спортивной среде.

В рамках данного курса особое внимание уделяется проблеме адаптации, в частности – адаптации к спортивному режиму. Рассматриваются психологические механизмы адаптации, анализируются факторы повышения адаптационных возможностей спортсменов.

Рассматривается проблема профилактики, как центральная проблема психологии здоровья, актуальная и при работе со спортсменами. Обсуждаются представления о проблеме профилактики в спортивной медицине и психологии спорта; цели и задачи профилактики при работе со спортсменами; проблема профилактики зависимостей и специфика «преломления» данной проблемы при работе со спортсменами.

Подробно обсуждается проблематика психологической работы со спортсменами при получении спортивной травмы и в ситуации психической травматизации; проблема повышения психологической устойчивости личности спортсмена; феномен «эмоционального выгорания» в контексте анализа спортивной деятельности: «выгорание» спортсменов, тренеров, спортивных психологов.

Результатом освоения программы курса является формирование у студентов системы компетенций в соответствии с задачами профессиональной деятельности в сфере психологии спорта. В рамках предлагаемой программы студенты должны получить знания, выработать умения и навыки, объем и структура которых сопоставимы с программами, реализуемыми в ведущих зарубежных университетах.

The course aims at developing students' knowledge of the methodology, theory and practice of health psychology and the use of these knowledges in the activities of a sports psychologist; about the possibilities of health psychology in the area of promoting and protecting the health of athletes; about the importance of the issues within the subject area of health psychology; to harmonize the mental and physical development of athletes; to improve their psychological stability and adaptive resources; in the formation of a healthy lifestyle; as well as solving the problems of prevention, rehabilitation and reintegration.

The course contains the modern approaches to the definition of "health" and "disease". We discuss the nature of independent ontological category of "health". We introduce the notion of health as a dynamic state of systemic and multifactor structure determination. It describes the determinants of health: biological, psychological and social. We discuss the issues of physical, mental (or psychological) and social health of athletes.

It also contains the main model of health and illness: biomedical, psychosocial, bio-psychosocial; It discusses the main methodological and practical difficulties arising from the work under

each model; Limited models; the possibility of application of models to solve theoretical and applied problems in the field of sport psychology.

It discusses in detail the problem of the relation to health and disease in the sports environment. With theoretical and methodological and historiographical positions it analyzes the category of "subjective pattern of health" (SPH) and similar concepts; the image of the structure of SPH; the conditions and factors affecting the formation of SPH athletes, compared to those that are not involved in sports; the role of psychological factors in the development of SPH; age features of SPH; approaches to correcting SPH and huge methodological possibilities of using this category in order to solve the issue of psychological support sports activities.

It also contains the main directions of activity of a sports psychologist in solving the issues of increase of the individual and public health value in the sports environment; in promoting and protecting the health of athletes; in the formation of healthy lifestyle of athletes; in increase of their adaptive resources; in assessing the coping resources and coping strategies; in solving the problems of prevention, rehabilitation and reintegration.

It considers in detail the problem of formation of a healthy lifestyle athletes: the submission of a healthy lifestyle in the history of science and culture; the parameters of a healthy lifestyle from the viewpoint of different sciences and from the standpoint of "ordinary representations theory"; psychological approaches to promote healthy lifestyles; psychological aspects of a healthy lifestyle in the sport; the specificity of the images of healthy lifestyle in the sports environment.

This course focuses on the issue of adaptation, in particular – of adaptation to the sport mode. We consider the psychological mechanisms of adaptation, analyze the factors of increasing the adaptive capacities of athletes.

The problem of prevention, as the central issue of health psychology, and as a current work with the athletes, is also described. We discuss the idea of problem of prevention in sports medicine and sports psychology; goals and objectives of prevention during the work with athletes; problem of prevention of addictions and specific "refraction" of the problem during the work with athletes.

It discusses in detail the problems of psychological work with athletes in obtaining sports injuries and in the situation of mental trauma; the problem of increasing psychological stability of the individual athlete; the phenomenon of "emotional burnout" in the context of the analysis of sports activities, "burnout" of athletes, coaches, sports psychologists.

The result of the development of the course is the development of the students' competencies system according to the tasks of professional activity in the field of sport psychology. Within the proposed program, students could acquire knowledge, develop skills, the scope and structure of which is comparable to programs in leading foreign universities.

Психология кризисных ситуаций в спорте высших достижений (на английском языке)

Основной целью данного курса является систематическое ознакомление с предметной областью и основными подходами к изучению экстремальных ситуаций и их последствий в спортивной деятельности. Курс направлен на освоение методологии анализа спортивной деятельности и оптимизации последствий критических ситуаций в спорте. В процессе занятий внимание преимущественно акцентируется на методах углубленной работы психолога-практика, работающего в сфере психологии экстремальных ситуаций в спорте.

Задачи курса:

- ознакомление с основными подходами и концепциями экстремальности в различных видах спортивной деятельности;
- формирование представлений о видах критических ситуаций как следствии воздействия экстремальных факторов спортивной деятельности;
- знакомство с основными аспектами психической адаптации и дезадаптации в измененных условиях существования;
- приобретение знаний о методах реализации профилактической и психокоррекционной работы с последствиями воздействия критических ситуаций в спорте.

The main goal of this course is systematical presentation of the object and main approaches to examination of extreme (critical) situations and their consequences in professional sport activity. The prior direction of this course is the study of methodology of analysis of extreme types of activity and the optimization of the critical situations' consequences appearing during professional sport activity. The main emphasis is made on the methods of practioner psychologist working in sphere of psychology of critical situations in sport psychology.

The goals of the course:

- presentation of main types and directions of extremality in various types of professional sport activity;
- development of notions concerning different types of extreme situations as the result of influence of extreme factors of professional sport activity;
- acquaintance with main aspects of psychological adaptation and dysadaptation in modified conditions of existance;

- gaining knowledge about methods of realization of preventive and psychocorrectional work with the consequences of extreme types of sport activity influence

Психолого-эргономическое обеспечение социально-трудовой реабилитации инвалидов в системе спорта

Профессиональный спорт можно отнести к опасным профессиям, это - работа в экстремальных условиях. Спортсмены, страдающие от профессиональных заболеваний, получают травмы, часто теряют здоровье и становятся инвалидами. Курс лекций знакомит с основами правовой защиты лиц с ограниченными возможностями в РФ и зарубежных странах. Приводятся материалы, связанные с историей развития трудотерапии в России и за рубежом. Рассматриваются подходы и средства восстановления, коррекции и реабилитации функций, нарушенных в результате нервно-психических заболеваний или в процессе жизнедеятельности. Особое внимание уделяется методам трудотерапии при психических заболеваниях, при физических травмах различного генеза и при изменениях психических функций, свойств личности с возрастом. В курсе обсуждаются практические вопросы профконсультации, профориентации, профессионального обучения и помощи в трудоустройстве инвалидов, а также методы и опыт эргономического проектирования предметно-пространственной среды. Особое внимание уделяется спортивным травмам костно-мышечной системы.

Professional sports can be attributed to dangerous occupations, it is - work in extreme conditions. Athletes suffering from occupational diseases, are injured, often lose their health and become disabled.

The course of lectures introduces the basics of the legal protection of persons with disabilities in the Russian Federation and other countries. Present material relating to the history of occupational therapy in Russia and abroad. The approaches and means of recovery, rehabilitation and correction functions disturbed by neuropsychiatric diseases or in the process of life. Particular attention is paid to occupational therapy for mental diseases, physical injuries of various origins and changes in mental function, personality traits with age. The course discusses practical issues profkonsultatsii, vocational guidance, vocational training and employment assistance with disabilities, and the methods and experience of human engineering object-space environment. Particular attention is paid to sports injuries of the musculoskeletal system.

Психофизиологические методы в современном спорте

Курс построен на чередовании теоретических и практических занятий, в ходе которых студенты знакомятся с психофизиологическими методами объективной диагностики и коррекции функциональных состояний спортсменов, а также методами формирования и развития их профессионально важных качеств.

The course is built on the alternation of theoretical and practical sessions, during which students are introduced to the objective psychophysiological methods of diagnosis and functional correction of the athletes, as well as methods of formation and development of important professional qualities.

Психология и физиология двигательной активности

Курс знакомит с различными теориями и концепциями процессов формирования и совершенствования профессиональных навыков и умений. Приводятся материалы о строении опорно-двигательной, мышечной и нервной систем. Анализируется информативность пространственных, временных, силовых и электромиографических параметров описывающих движения человека и методов их регистрации и анализа. Рассматриваются различные теории, концепции, гипотезы и механизмы организации и управления движениями человека, а также, содержание фаз и этапов эволюции профессиональных моторных действий. Обсуждаются теоретические и экспериментальные материалы о роли сенсорных систем в планировании, освоении, коррегировании и совершенствовании двигательных навыков. Обсуждаются проблемы формирования и развития сенсомоторных качеств и свойств человека (сила, скорость, ловкость, выносливость и др)., а также, «моторного стиля» и «моторного профиля». Особое внимание уделяется роли сознания в инициации, проектировании и реализации профессиональных моторных действий.

The course introduces the various theories and concepts of the formation and improvement of professional skills. Present material on the structure of the musculoskeletal, muscular and nervous systems. Analyzes the information content of spatial, temporal, power and electromyographic parameters describing the motion of a person and their methods of recording and analysis. Discusses various theories, concepts, hypotheses, and mechanisms of the organization and

management of human movement, as well as the content of the phases and stages in the evolution of professional motor actions. We discuss the theoretical and experimental material on the role of sensory systems in the planning, development, and improvement of the correction of motor skills. The problems of the formation and development of sensorimotor skills and human abilities (strength, speed, agility, endurance, etc.), As well as "the engine of style" and "motornogo profile." Special attention is paid to the role of consciousness in the initiation, design and implementation of professional motor actions.

История физической культуры и спорта России и олимпийского движения

Содержанием дисциплины является изучение становления и развития физической культуры, спорта и международного олимпийского движения в различные периоды существования общества, закономерности формирования национальных систем физического воспитания и системы физического воспитания в России.

Спецкурс является дисциплиной, предполагающей овладение системными знаниями по истории и организации Международного спортивного и Олимпийского движения, способствует пониманию основных закономерностей и тенденций развития этого крупнейшего и многофункционального общественного явления, является одним из важнейших инструментов формирования и совершенствования профессиональных качеств и мировоззрения специалиста.

The content of discipline is studying of formation and development of physical culture, sports and the international Olympic movement during the various periods of existence of society, regularity of formation of national systems of physical training and system of physical training in Russia.

The special course is the discipline assuming mastering by system knowledge on stories and the organizations of the International sports and Olympic movement, promotes understanding of the main regularities and tendencies of development of this largest and multipurpose public phenomenon, is one of the most important instruments of formation and improvement of professional qualities and outlook of the expert.

Психология спортивного тренера

Программа учебной дисциплины предназначена для студентов специализации «Психология спорта», направлена на ознакомление с основными методами психологической работы с тренером в соответствии с разработками отечественных и зарубежных специалистов в области спортивной психологии.

В программе обсуждаются особенности психологического сопровождения тренеров, работающих в детском и юношеском спорте, в сфере адаптивного спорта, обсуждаются вопросы профилактики профессионального выгорания, профессиональной деформации личности тренера и его самореализации.

В программе предполагается использование мультимедийных электронных форм обучения: видео-презентации, демонстрация видео-фрагментов. В целях формирования социально-личностных и профессиональных компетенций в рамках программы организуются встречи с лицами, известными в мире спорта.

Результатом освоения программы курса является формирование у студентов системы компетенций в соответствии с задачами профессиональной деятельности в сфере психологии спорта.

Program of the training course is intended for students of specialization "Sport Psychology", aims to familiarize with the basic methods of psychological work with the trainer in accordance with the development of domestic and foreign experts in the field of sports psychology.

The program discusses the features of psychological support of trainers working in youth sports, in adaptive sports, issues of prevention of professional burnout, professional deformation of the personality of coach and him self-realization.

The program assumes the use of multimedia electronic forms of training: video-presentations, a demonstration of video-fragments. In order to create social, personal and professional competencies in the program will have meetings with persons known to the world of sports.

The result of a mastery of the course is to develop students' competence according to the tasks of professional activity in the field of sport psychology.

Нейропсихологическая диагностика способностей к определенным видам спорта

Программа предназначена для студентов, обучающихся по специализации «Спортивная психология» специальности «Клиническая психология». После подробного изучения современных научно-практических данных в этой области студенты отрабатывают навыки

формирования оптимального нейропсихологического диагностического- комплекса для определения способностей к определённым видам спорта.

Психологическая классификация видов спортивной деятельности

Курс направлен на содействие формированию системных представлений о совокупности видов спортивной деятельности и их психологической характеристике. Дан обзор современных подходов к классификации видов спорта. Использован опыт психологической классификации видов профессиональной деятельности, профессиональных задач и действий по их выполнению, накопленный в психологии труда. Студенты участвуют в разработке проекта подготовки информационно-поисковой базы данных в интересах научных и практических задач спортивных психологов.

The course is aimed at fostering a system view of a plurality of kinds of sports activities and their psychological characteristics. A review of current approaches to the classification of sports. Use the experience of psychological classification of professional activities, professional tasks and actions to implement them, accumulated in the psychology of work. Students participate in the drafting of the preparation of an information retrieval database in the interests of scientific and practical problems of sports psychologists.

Спортивная антропология

Курс направлен на формирование у студентов знаний по методологии, теории и практике спортивной антропологии и использованию этих знаний в деятельности спортивного психолога.

Изучаемая дисциплина характеризуется системным подходом, уделяет особое внимание индивидуальным особенностям устойчивости организма к физическим нагрузкам, характеру его реактивности, многообразию его изменчивости.

В связи с проблемой спортивной ориентации и отбора, антропологические показатели (морфологические, соматоскопические и др.) привлекают к себе все большее внимание специалистов, так как изученные признаки дают возможность более надежно оценить перспективность спортсменов разного возраста, пола, этнической принадлежности, квалификации, специализации и амплуа. Антропологический подход диктует важность численности и чистоты изучаемой выборки с учётом её однородности по спортивной

специализации, спортивному амплуа, возрасту, полу, этнической принадлежности и другим дифференцирующим морфологическую изменчивость факторам.

Знание антропологических методов и критериев анатомо-антропологического контроля, конкретизируя ряд положений учения об адаптации и норме реакции организма на внешние воздействия, позволяет лучше понять диалектику отношений спортивного отбора и тренировочного процесса. Данные спортивной антропологии вносят существенный вклад в формирование здорового образа жизни, решение задач профилактики, реабилитации и реадaptации спортсмена.

Рассматриваются основные закономерности роста и развития организма, понятия онтогенеза и биологического возраста, проблемы акселерации и секулярного тренда. Обсуждается вопрос воздействия на организм физических нагрузок как одного из факторов обеспечения нормального роста и созревания организма. С другой стороны, рассматриваются примеры влияния интенсивных спортивных нагрузок на растущий детский организм. Известны различия в темпах созревания и биологической зрелости (возраста) мужского и женского организмов. Как и за счет чего реализуются эти различия, каково их значение в методике спортивной тренировки и отбора, – эти вопросы обсуждаются в контексте изучаемой темы.

Подробно обсуждаются проблемы соматотипологии спортсменов различных специализаций представляют особый интерес для спортивной антропологии. Какие именно схемы наиболее удачно подходят для описания телосложения спортсменов различных специализаций, каким требованиям должны отвечать сильнейшие представители различных специализаций, существуют ли различия в критериях отбора и факторах, оказывающих влияние на достижения у мужчин и женщин одних и тех же специализаций, – проблемы, рассматриваемые в рамках курса.

Рассматривается набор признаков, используемых для оценки физического состояния человека, одинаковый, независимо от спортивной специализации, - критериев антропологического контроля. Применяемыми критериями анатомо-антропологического контроля в спорте служат размеры тела и его пропорции, компоненты массы тела, соматотип, объём движений в суставах и сила мышечных групп, состояние осанки, стопы, особенности внешнего дыхания. Информация, полученная благодаря критериям анатомо-антропологического контроля, позволяет вносить коррективы в тренировочный процесс, способствуя совершенствованию физического состояния спортсмена. Второй способ оценки – по модельным признакам. При этом из общего набора антропометрических признаков выбирают те, которые входят в состав модели спортсменов данной специализации, т. е.

определяют уровень их достижений, а для командных видов спорта – вклад в достижение общей победы.

В рамках данного курса особое внимание уделяется проблеме адаптации, в частности – адаптации к спортивному режиму. Рассматриваются механизмы адаптации, анализируются факторы повышения адаптационных возможностей спортсмена, проблема формирования здорового образа жизни в спортивной среде, проблема профилактики в спортивной антропологии.

Результатом освоения программы курса является формирование у студентов системы компетенций в соответствии с задачами профессиональной деятельности в сфере психологии спорта. В рамках предлагаемой программы студенты должны получить знания, выработать умения и навыки, объем и структура которых сопоставимы с программами, реализуемыми в ведущих зарубежных университетах. По сравнению с программами, реализуемыми в ведущих зарубежных университетах, данная программа включает материал передовых отечественных исследований в данной области, показывает вклад российских ученых в мировую науку.

The goal of the course is to provide students with knowledge in methodology, theory, and practice of sports anthropology, as well as implementation of such knowledge in sports psychology.

The course subject features systematic approach, and major focus on individual characteristics of organism resistance to exercise stress, nature of its responsiveness, and multiple forms of its variability.

Anthropological indices (morphological, somatoscopic, etc.) become of more interest for experts in connection with the issues of sports orientation and selection, as characteristics studied enable more reliable estimate of future prospects for athletes of different ages, sex, ethnic affiliations, qualifications, specializations, and roles. Anthropological approach provides for the importance of sample size and its structure, its uniformity in terms of sports specialization, sports role, age, sex, ethnic origin, and other factors differentiating morphological variability.

Knowledge of anthropological methods and anatomical and anthropological control criteria, that elaborate certain provisions of the adaptation theory and norm of organism response to external impacts, enables better understanding of the dialectics of the connection between sports selection and training process. Sports anthropology data significantly contribute to establishment of healthy lifestyle, as well as athletes' prophylactics, rehabilitation, and re-adaptation.

Key organism growth and development laws are considered, as well as the notions of ontogenesis and biological age, and acceleration and secular trend issues. Impact of exercise loads

on organism is discussed as one of the factors of normal organism growth and maturation. Besides, examples of intense exercise load impact on growing child organism are examined. Differences in rates of maturation and biological maturity (age) of male and female organisms are known. Within the framework of the course subject it is discussed, how, and due to what reasons these differences occur, and what is their importance for sport training and selection methods.

Issues of somatic typology of athletes with different specializations are discussed in details, which is of special interest for sports anthropology. What are the schemes most suitable for description of body build of athletes with different specializations, what are the requirements to be met by best representatives of different specializations, are there any differences in selection criteria and factors affecting results for men and women with same specializations, these are the issues discussed within the framework of the course.

Set of characteristics used for physical condition assessment is considered, that is same for every sports specialization, i.e. anthropological control criteria. Criteria of anatomical and anthropological control used in sports are body dimensions and proportions, body weight components, somatotype, joint motion range and muscle group power, body posture, arch of foot, breathing function. Information obtained due to anatomical and anthropological control criteria enables training process adjustment, which promotes athletes' physical condition improvement. The 2nd way of assessment is based on model characteristics. In this case, those anthropometric characteristics are selected from the entire set of the same, that belong to the model of athletes with relevant specialization, i. e. define the level of their results or contribution to team victory in case of team sports.

Within the framework of this course, special attention is paid to adaptation, in particular, adaptation to sports regime. Adaptation mechanisms are considered, athletes' adaptability improvement factors are analyzed, as well as the issue of healthy lifestyle establishment in sports community, and that of prophylactics in sports anthropology.

As a result of the course, students will obtain a system of competences in accordance with the professional tasks in the area of sports psychology.

Личность и организация деятельности спортивного психолога

Программа учебной дисциплины предназначена для студентов специализации «Психология спорта», направлена на ознакомление с основными профессионально-важными качествами личности психолога в сфере спорта в соответствии с исследованиями отечественных и зарубежных специалистов в области спортивной психологии.

Программа знакомит с основными направлениями деятельности спортивного психолога и основными задачами, которые решает специалист в процессе своей профессиональной деятельности. В программе обсуждаются особенности психологического сопровождения подготовки спортсменов и тренеров к спортивным соревнованиям – в индивидуальной и командной работе психолога; специфика психологической работы в детском и юношеском спорте, в сфере адаптивного спорта. Особое внимание уделяется обсуждению вопросов профилактики профессионального выгорания, профессиональной деформации личности спортивного психолога и его самореализации.

В программе предполагается использование мультимедийных электронных форм обучения: видео-презентации, демонстрация видео-фрагментов. Для текущего контроля успеваемости планируется выполнение контрольных работ, рефератов, докладов. В целях формирования социально-личностных и профессиональных компетенций в рамках программы организуются встречи с лицами, известными в мире спорта.

Результатом освоения программы курса является формирование у студентов системы компетенций в соответствии с задачами профессиональной деятельности в сфере психологии спорта. В рамках предлагаемой программы студенты должны получить знания и навыки, объем и структура которых сопоставимы с программами, реализуемыми в ведущих зарубежных университетах.

Program of the training course is intended for students of specialization "Sport Psychology", aims to familiarize with basic vocational important qualities of personality psychologist in sport according to the research of domestic and foreign experts in the field of sport psychology.

The program introduces the basic activities of a sports psychologist and the basic problems to be solved in the course of their professional careers. The program discusses the features of psychological support of training athletes and coaches to sports competitions - in individual and team work of the psychologist, the specificity of psychological work in youth sports, in the field of adaptive sports. Special attention is given to discuss the prevention of professional burnout, professional strain personality sports psychologist and him self-realization.

The program assumes the use of multimedia electronic forms of training: video-presentations, a demonstration of video-fragments. To monitor progress will perform tests, essays, reports. In order to create social, personal and professional competencies in the program will have meetings with persons known to the world of sports.

The result of a mastery of the course is to develop students' competence according to the tasks of professional activity in the field of sport psychology. Under the proposed program, students have

the knowledge and skills, the scope and structure of which is comparable with the programs implemented in the leading foreign universities.

Психология компьютерных игр и киберспорта

Целью данной программы является ознакомление студентов с основными вопросами психологической проблематики компьютерных игр. В рамках программы рассматриваются: общее представление о компьютерных играх как особом виде деятельности, особенности мотивации и социальной коммуникации игроков в компьютерные игры, проблемы компьютерной игры спортивной дисциплины и проблемы зависимости от компьютерных игр.

This program introduce students to key issues of the psychological problems of computer games. Main points are: a general overview of computer games as a special form of activity, peculiarities of motivation and social communication of the computer games players, the problem of computer games as a sports, the problem of game addiction.

Теория и методика физического воспитания

Содержанием дисциплины является

1) изучение организации физкультурно-спортивной деятельности в РФ, организации учебно-тренировочного и соревновательного процесса, средств и методов повышения интереса к физической культуре и спорту; изучение терминологии в области физической культуры; овладение умениями ставить цели и задачи, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки; находить и анализировать информацию по теории и методике физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

2) овладение основами средств, методов и форм физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактическими и воспитательными возможностями; основами теории обучения двигательным действиям; основами формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и

спортом; основами формирования здорового образа жизни средствами физической культуры; особенностями физического воспитания обучающихся с ослабленным здоровьем, двигательнo-одаренных детей, детей с особыми образовательными потребностями; основами спортивной ориентации и спортивного отбора.

Content of the course:

1) study the organization of sporting activity in Russia, organization of training and competitive process, means and methods of increasing interest in physical culture and sports; the study of terminology in the field of physical culture; acquiring abilities to set goals and objectives, to determine the pedagogical possibilities and efficiency of application of various methods, receptions, methods, forms physical education, sport and recreational training; to find and analyze information on the theory and methodology of physical education required for solving professional problems, professional self-education and self-development;

2) mastering the basic tools, methods and forms of physical training, sports and Wellness coaching, didactic and educational opportunities; the basics of the theory of learning motor actions; the basis for the formation of technical and tactical skills involved in physical culture and sport; the basics of a healthy lifestyle by means of physical culture; physical education students with impaired health, motor-gifted children, children with special educational needs; the basics of sports orientation and sports selection.

Теоретические и эмпирические исследования в спортивной психологии

Курс состоит из трех разделов.

В 1-м разделе обсуждаются современные отечественные и зарубежные психологические концепции, используемые в психологии спорта. Рассматривается понятийный аппарат когнитивной, экзистенциальной и бихевиоральной («стимульно-реактивной») психологии спорта. Проводится сравнение этих концепций с деятельностью психологией спорта. На спортивных примерах иллюстрируются основные теоретические понятия, а также методология, онтология и логика исследований в деятельности психологии спорта.

Во 2-м разделе рассматриваются понятия и методы диагностики профессионально важных качеств спортсменов, а также задачи отбора, ориентации и прогнозирования успешности спортивной деятельности на её разных этапах.

В 3-м разделе рассматриваются психологические механизмы и методы диагностики сенсомоторных, познавательных, мотивационных, эмоциональных и волевых процессов в спорте.

The course consists of three sections.

In the 1st section discusses the current domestic and foreign psychological theories used in sports psychology. We consider the conceptual framework of cognitive, behavioral and existential (" stimulus- reactive ") sports psychology and compare this concept with activity- sports psychology.

In the 2nd section discusses the concepts and methods of diagnosis professionally important qualities of the athletes, as well as the problem of selection, orientation and predict the success of sports activity on its various stages.

In the 3rd section discusses the psychological mechanisms and methods of diagnosis of sensorimotor, cognitive, motivational, emotional and volitional processes in sport.

Психологические основы изучения спортивного труда

Курс дает общую ориентацию в современных социальных запросах психологического обеспечения разных сфер профессионального труда, в том числе , спортивного труда, и научно- практических задачах. Раскрывает классические и новые знания научных основ решения разнообразных традиционных научно-практических проблем в динамике их развития, и актуальных, в современных условиях развития нашего общества. Формирует представление о теоретико-методологических основах научно-практических исследований с позиций системного и комплексного подходов (системно-деятельностного, субъектно-деятельностного, личностно-деятельностного, метасистемного) и осознание важности и продуктивности их адекватного применения в практике. Обеспечивает знаниями о технологиях, методах, приемах, формах, этике исследования и ответственности решения научных, методических и практических задач. Ориентирует студентов в теоретическом материале, раскрывающем сущность познания, изучения и понимания психологии профессиональной деятельности, в разные периоды жизни и с различных научных позиций и областей знания, через осмысление взаимосвязи человека и профессии.

В целом содержание дисциплины раскрывает современную технологию психологического изучения разнообразных сфер профессионального труда, оснащенную современным ориентировочно-методическим инструментарием, обеспечивающим

планирование и организацию решения информационных, экспертных, конструктивных, диагностических, прогностических, методических, формирующих и корректирующих задач.

The course provides a general orientation to the social demands of the modern psychological support different areas of professional work and including sports work scientific and practical problems.

Reveals the classic and new scientific knowledge bases solutions variety of traditional scientific and practical problems in the dynamics of their development, and relevant, in the present conditions of our society. Gives an idea of the theoretical and methodological foundations of scientific and practical research from the standpoint of a systematic and comprehensive approaches (system activity, subject-activity, student-activity, the metasystem), and awareness of the importance of adequate and productivity of their use in practice. Provides knowledge about the technology, methods, techniques, forms, research ethics and accountability address scientific, methodological and practical problems. Orients students to the theoretical material that reveals the essence of knowledge, learning and understanding the psychology profession in different periods of life and from different scientific positions and areas of knowledge, through understanding the relationship of man and profession.

In general, the content of the discipline reveals the modern technology of the psychological study of a variety of spheres of professional work, which is equipped with modern orientation and methodological tools, ensuring the planning and organization of information solutions, expertise, design, diagnostic, prognostic, teaching, formative and corrective tasks.

Эргономические характеристики предметной среды в спортивной деятельности

Эргономичная предметная среда в спортивной деятельности не только создает оптимальные условия работы спортсменов в процессе соревнований. Она создает оптимальные условия для проведения тренировок по разным программам в процессе подготовки и реализации высших достижений в разных видах спорта. Кроме того, задачей спорткомплексов является и обеспечение наилучших условий для наблюдения за ходом соревнований многочисленной армии болельщиков. Та же предметная среда должна создавать условия для работы и жизнедеятельности всех групп специалистов, обеспечивающих бесперебойную и безопасную работу спортивных сооружений во всех режимах работы. Эти задачи можно решать только в случае адекватного понимания особенностей работы каждой из групп специалистов и пользователей.

Одним из направлений работы, по учету роли предметной среды в разных видах трудовой и спортивной деятельности является оптимизация перцептивно-действенной активности профессионалов. Обычно ее связывают с обеспечением физических и физиологических условий реализации двигательной активности. Проведенные автором исследования подтвердили мысль, выдвинутую психологами на ранних этапах развития психологии: все внешние проявления психики связаны и осуществляются только через двигательную активность. На основе проведенных исследований был выявлен новый поведенческий показатель психических процессов – феномен локализация человека в предметной среде. Его использование позволило предложить трехстадийную модель поведения человека в предметно-пространственном окружении. Она включает ориентировочную деятельность – психосоматическую установку - исполнительную деятельность.

Выявление связи локализации с психосоматической установкой, определяемой смыслом (контекстом) и целью деятельности, продемонстрировало примат психики над физиологией в процессе организации взаимодействия человека с предметно-пространственным окружением.

Понимание психологических и физиологических особенностей поведенческих проявлений каждой из выделенных стадий позволяет по-иному подходить к организации процесса тренировок и анализу имеющихся сбоев работы профессионалов при решении стоящих перед ними задач.

Знание закономерностей локализации человека в предметно-пространственном окружении позволило создать и конструктивно использовать векторно-координатный метод анализа и проектирование оптимального профессионального предметно-пространственного окружения.

Знакомство студентов с предлагаемым подходом позволяет расширить сферу применения их знаний в мире спорта.

Ergonomic environment in sports activity not only creates optimal work conditions for sportsmen during various types of contest. It also provides optimal conditions for carrying out the trainings according different schemes during the process of preparation and realization of superior achievements in various types of sports. The goals of sports complexes include the goal of provision the best observation conditions for numerous army of fans. The same object environment should also provide the work and life conditions for all groups of specialists, who work there in order to

control uninterrupted and safe functioning of sports complexes during all kinds of operating conditions.

Optimization of perceptive effective activity of professionals is one of the areas of research dedicated to examination the role of objective environment in various kinds of work and sport activity. Usually it is connected with the support of physical and physiological conditions concerning realization of motor activity. The research carried out by the author have confirmed the idea that has been proposed at earlier stages of psychology: all external demonstrations of psyche are connected and implement only through motor activity. On the basis of this research a new psychological indicator of psychic processes has been discovered – the phenomenon of localization of human in the objective environment. And that allows to propose the three-stage model of human's behavior in object-operating environment. It includes orienting activity – psychosomatic set – executive activity.

The exposure of the link between localization and psychosomatic attitude (which is defined by meaning and goal of an activity) showed the priority of psyche towards the physiology within the process of organization of interaction in the system of coordinates “human - object-operating environment”.

Understanding of psychological and physiological peculiarities of behavioral displays of each of the mentioned stages allows another point of view at the organization of trainings and analysis of the already existing errors in professionals' work while solving various tasks.