

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КУЗБАССКОЕ УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДАЮ
директор ГПОУ
«Кузбасское УОР»
Н.В. Сизикова
Приказ от 30.08.2023 № 244 а-у

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ОП.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»

Принята педагогическим советом
ГПОУ «Кузбасское УОР»
протокол от 30.08.2023 г. № 1

Ленинск-Кузнецкий
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.02 «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»	3
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.02 «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.02 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 09; ПК 1.1,

1.2. Перечень формируемых компетенций:

Общие компетенции (ОК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

Профессиональные компетенции (ПК):

ПК1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 09	применять знания психологии при решении педагогических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	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
ПК 1.1	определять цель, задачи и содержание психологической подготовки в физкультурно-спортивной работе	человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность; структура личности; формирование личности. Методы психологических исследований; понятия психологической теории деятельности, освоение деятельности; развитие психических процессов; развитие волевых качеств; особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности.

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	75
в т.ч. в форме практической подготовки	39
в т. ч.:	
теоретическое обучение	30
практические занятия	39
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация Экзамен (консультация + экзамен)	6 часов (4 экзамен, 2 консультация)

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы психологии»

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
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Раздел 1. Введение в психологию		8/1	
Тема 1.1. Предмет и задачи психологии	Содержание	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	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 09 ПК 1.1
	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 09
	1. Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. 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 09
	1. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания.	2	

	2. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у человека. Сравнение психики человека и животных.		
	3. Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.		
Тема 1.5. Деятельность	Содержание	3/1	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1
	Основные понятия психологической теории деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ		
	Практическое занятие 1. Решение психологических задач по теме «Деятельность»	1	
Раздел 2. Познавательные психические процессы		31/18	
Тема 2.1. Ощущения	Содержание	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	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	3/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	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	2	

	Практическое занятие 4. Иллюзии зрительного восприятия	1	
	Практическое занятие 5. Решение психологических задач по теме «Восприятие»	1	
Тема 2.3. Внимание	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1
	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	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1
	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»	1	
Тема 2.5. Воображение	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	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	2	

	«Воображение»		
Тема 2.6. Мышление	Содержание	8/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1.
	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 09 ПК 1.1
	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 09
	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	8/6	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1
	1. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства. Развитие эмоций.	2	
	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	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1
	1. Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента.	2	
	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. Характер	Содержание	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 1.1
	1. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера.	2	
	2. Типологии характера. Формирование характера.		
	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 09
	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	
Промежуточная аттестация экзамен (консультация + экзамен)		6 часов (2+4)	
Всего:		75	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен кабинет «Педагогики и психологии».

Кабинет «Педагогики и психологии»

№	Наименование оборудования	Техническое описание
I Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование		
1	Рабочие места обучающихся	15 посадочных мест
2	Рабочее место преподавателя	1 место
II Технические средства		
Основное оборудование		
1	Компьютер с выходом в локальную и глобальную сеть Интернет	1
2	Принтер Сканер	1
3	Проектор	1
III Демонстрационные учебно-наглядные пособия		
Основное оборудование		
1	Учебно-методический комплекс по дисциплине	Электронный
2	Учебные пособия:	
2.1	Видеофильмы	По разделам программы
2.2	Презентации к урокам	По разделам программы
2.3	Комплект тестовых заданий по психологии;	По разделам программы
2.4	Психодиагностический материал	По разделам программы
3	Дидактический и демонстрационный материал, необходимый для организации качественного обучения	
3.1	Информационные таблицы;	По разделам программы

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы имеются печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы.

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Дубровина, И.В., Психология [Текст] : учебник для средних профессиональных заведений / И.В.Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан : под ред. И.В.Дубровиной - 17-е изд. - М. : Издательский центр «Академия», 2019.- 496с.

2. Ловягина, А.Е. Психология физической культуры и спорта [Текст] / А.Е. Ловягина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 531 с.

3.2.2. Дополнительные источники:

1. Бакурова, Т. П. Психология : учебно-методическое пособие / Т. П. Бакурова. — Омск : СибГУФК, 2021. — 184 с. — ISBN 978-5-91930-173-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/241976>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Бугрова, Н. А. Психология и педагогика (Психология): практикум : учебное пособие / Н. А. Бугрова. — Кемерово : КемГИК, 2020. — 133 с. — ISBN 978-5-8154-0547-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174708>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Родионов А.В. Психология физической культуры и спорта [Текст]: учебник для студ. вузов /Родионов А.В., Сопов В.Ф., Непопалов В.Н.; под ред. Родионова, А.В.- М.: Академия, 2016. – 368с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Оценка качества освоения учебной программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию по итогам освоения дисциплины.

Текущий контроль проводится в форме устных и письменных опросов, контрольных работ, практических занятий.

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень умений, осваиваемых рамках дисциплины</i>		
применять знания общей психологии при решении психологических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности	использование знаний психологии при решении психологических задач; поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей.	оценка результатов выполнения практической работы; экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
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,	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;	анализ и оценка решения тестовых заданий; анализ и оценка решения ситуационных задач; анализ и оценка презентации по выбранной теме

<p>темперамент; индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности.</p>	<p>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 психологической защиты личности; 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.</p>	
--	---	--