

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Пономарева Светлана Викторовна  
Должность: Проректор по УР и НО  
Дата подписания: 04.03.2024 15:15:15  
Уникальный программный ключ:  
bb52f959411e64617366ef2977b97e87139b1a2d



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ДГТУ)**

**АВИАЦИОННЫЙ КОЛЛЕДЖ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор Авиационного колледжа

\_\_\_\_\_ В.А. Зибров

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.

**Методические указания  
по дисциплине**

**ОП.06 Психология**

программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)

по специальности среднего профессионального образования\_

**49.02.01 Физическая культура**

Рассмотрены и рекомендованы для  
использования в учебном процессе на  
заседании цикловой комиссии  
Физическая культура  
Протокол № 1 от 31.08.2022 г.

Составитель: преподаватель АК

В.П. Сигида

г. Ростов-на-Дону  
2022 г.

## Содержание

1 Общие положения	3
2 Методические рекомендации при работе над конспектом лекций	3
3 Методические рекомендации при подготовке к практическим занятиям	3
4 Методические рекомендации для самостоятельной работы	4
5 Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий	5
6 Рекомендуемая литература	6

## 1 Общие положения

Дисциплина ОП.06 «Психология» изучается на 2 и 3 курсе в течение четырех семестров. В процессе изучения дисциплины используются различные виды занятий: лекции, практические и самостоятельные (индивидуальные) занятия. На первом занятии по данной дисциплине необходимо ознакомить обучающихся с требованиями к ее изучению.

В процессе проведения занятий используются следующие образовательные технологии:

- технология дифференцированного обучения;
- технология проблемного обучения;
- технология рефлексивного обучения;
- информационно-коммуникационные технологии и т.д

Содержание лекций, практических работ и заданий для самостоятельной работы дает возможность изучить основы психологии

## 2 Методические рекомендации при работе над конспектом лекций

В ходе учебных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в изучении проблем логики. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретического материала, разрешения спорных ситуаций.

*При работе с конспектом лекций:*

1. Внимательно прочитайте весь конспект.
2. Разберитесь с тем, что означают новые термины, названия, используйте для этого кроме конспекта учебник и словари.
3. Тщательно изучите рисунки, схемы, поясняющие данный текст.
4. На основании изученного материала составьте план ответа по теме.

## 3 Методические рекомендации при подготовке к практическим занятиям

Практическое занятие - это занятие, проводимое под руководством преподавателя в аудитории, направленное на углубление теоретических знаний и овладение практическим опытом.

На практическом занятии главное уяснить связь решаемых ситуаций с теоретическими положениями. Для ведения записей на практических занятиях заводят журнал практических работ. Логическая связь теоретических и практических занятий заключается в том, что информация, полученная на лекции, осмысливается и перерабатывается, при помощи преподавателя анализируется до мельчайших подробностей, после чего прочно усваивается.

Перед выполнением практического задания проводится проверка знаний обучающихся – их теоретической готовности к выполнению задания. Как правило, практические занятия проводятся по темам, по которым ранее давался лекционный материал.

Количество, объем и содержание практических занятий фиксируется в рабочей программе учебного предмета.

При выполнении заданий обучающиеся имеют возможность пользоваться лекционным материалом, с разрешения преподавателя, осуществлять деловое общение с товарищами.

*При подготовке к практическому занятию.*

1. Изучите теоретический материал по теме, используя конспекты уроков, учебник и электронные источники.
2. Выпишите основные термины и определения, даты и т.д.

3. Выделите главное в изучаемом материале, составьте краткие записи.

Практическое занятие предполагает выполнение обучающимися по заданию и под руководством преподавателя определенных видов работ (выполнение практической работы, решение ситуационных задач, моделирование коммуникативных ситуаций, ролевые игры, ответ на вопрос, участие в обсуждении, систематизация ключевых понятий темы и т.д.).

#### 4 Методические рекомендации для самостоятельной работы

Доклад – вид самостоятельной работы способствует формированию навыков исследовательской деятельности, расширяет познавательные интересы, приучает практически мыслить. При написании доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, следует систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения. К докладу по крупной теме привлекается несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления.

##### Подготовка и презентация доклада

Доклад - это сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развивать навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Докладчики и содокладчики - основные действующие лица. Они во многом определяют содержание, стиль, активность данного занятия. Сложность в том, что докладчики и содокладчики должны **знать и уметь**:

- сообщать новую информацию
- использовать технические средства
- знать и хорошо ориентироваться в теме всей презентации
- уметь дискутировать и быстро отвечать на вопросы
- четко выполнять установленный регламент: докладчик - 10 мин.; содокладчик - 5 мин.

Необходимо помнить, что выступление состоит из трех частей: вступление, основная часть и заключение.

**Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике. Вступление должно содержать:

- название презентации (доклада)
- сообщение основной идеи
- современную оценку предмета изложения
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов
- живую интересную форму изложения - акцентирование оригинальности подхода

**Основная часть**, в которой выступающий должен глубоко раскрыть суть затронутой темы, обычно строится по принципу отчета. Задача основной части - представить достаточно данных для того, чтобы слушатели и заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами. При этом логическая структура теоретического блока должны сопровождаться иллюстрациями разработанной компьютерной презентации.

**Заключение** - это ясное четкое обобщение и краткие выводы.

**Подготовка информационного сообщения** - это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на семинаре, практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам.

Сообщение отличается от докладов не только объемом информации, но и ее характером - сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

**Темы докладов (сообщений) для самостоятельной проработки:**

1. Психологические основы формирования личности в физическом воспитании
2. Воспитательное значение физической культуры и спорта.
3. Виды активности и факторы ее обуславливающие.
4. Способы повышения активности учащихся на уроке.
5. Особенности внимания учащихся на уроке и управление им.
6. Теории построения и управления движениями.
7. Алгоритмизация обучения движениям.
8. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой.
9. Структура спортивно-педагогической деятельности.
10. Особенности деятельности спортивного педагога.
11. Характеристика стилей руководства спортивным коллективом.
12. Творчество в деятельности учителя физической культуры.
13. Профессионально-педагогическая направленность личности преподавателя физического воспитания.
14. Интерес к спортивно-педагогической деятельности.
15. Формирование профессионального интереса.
16. Склонность к педагогической деятельности.
17. Взаимосвязь профессионального интереса и склонности к педагогической деятельности.
18. Психологическая структура спортивной деятельности.
19. Психологические особенности спортивной деятельности.
20. Психофизиологические особенности, спортивные способности и выбор спортивной деятельности.
21. Предмет психологии спорта в системе наук.
22. Психологические основы формирования двигательного навыка
23. Психологическая структура двигательного действия.
24. Психологические особенности двигательных навыков.
25. Психологические особенности технической подготовки.
26. Социально-психологическая структура группы. Формирование социально-психологического климата в коллективе.
27. Психическая саморегуляция: понятие, значение в спорте.
28. Методы психорегуляции.

## **5 Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий**

Тесты и вопросники давно используются в учебном процессе и являются эффективным средством обучения. Тестирование позволяет путем поиска правильного ответа и разбора допущенных ошибок лучше усвоить тот или иной материал.

Тестовая система предусматривает вопросы / задания, на которые обучающийся должен дать один или несколько вариантов правильного ответа из предложенного списка ответов. При поиске ответа необходимо проявлять внимательность. Прежде всего, следует иметь в виду, что в предлагаемом задании всегда будет один правильный и один неправильный ответ. Всех правильных или всех неправильных ответов (если это специально не оговорено в формулировке вопроса) быть не может. Нередко в вопросе уже содержится смысловая подсказка, что правильным является только один ответ, поэтому при его нахождении продолжать дальнейшие поиски уже не требуется.

Тестовые задания рассчитаны на самостоятельную работу без использования вспомогательных материалов. То есть при их выполнении не следует пользоваться текстами законов, учебниками, литературой и т.д.

Для выполнения тестового задания, прежде всего, следует внимательно прочитать поставленный вопрос. После ознакомления с вопросом следует приступать к прочтению

предлагаемых вариантов ответа. Необходимо прочитать все варианты и в качестве ответа следует выбрать лишь один индекс (цифровое обозначение), соответствующий правильному ответу. Тесты составлены таким образом, что в каждом из них правильным является лишь один из вариантов. Выбор должен быть сделан в пользу наиболее правильного ответа.

На выполнение теста отводится ограниченное время. Оно может варьироваться в зависимости от уровня тестируемых, сложности и объема теста. Как правило, время выполнения тестового задания определяется из расчета 30-45 секунд на один вопрос.

Критерии оценки выполненных обучающимися тестов определяются преподавателем самостоятельно.

При подведении итогов по выполненной работе рекомендуется проанализировать допущенные ошибки, прокомментировать имеющиеся в тестах неправильные ответы.

Тестовые задания сгруппированы по темам дисциплины «Психология».

Количество тестовых вопросов/заданий по каждой теме дисциплине определено так, чтобы быть достаточным для оценки знаний обучающегося по всему пройденному материалу.

Предлагаемые тестовые задания разработаны в соответствии с рабочей программой дисциплины «Психология», что позволяет оценить знания обучающихся по всему курсу. Данные тесты могут использоваться:

- обучающимися при подготовке к зачету в форме самопроверки знаний;
- преподавателями для проверки знаний в качестве формы промежуточного контроля;
- для проверки остаточных знаний обучающихся, изучивших данный курс.

## 6 Рекомендуемая литература

Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, где они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

По дисциплине «Психология» рекомендуется использовать следующую литературу (электронные источники):

### 1. Основная литература

Л1.1 Тычинин, Н.В., Суханов, В.М., Н.В. Тычинин, В.М. Суханов; Министерство Л1.1 Шипунов, Владимир Григорьевич, Кишкель, Е. Н. Основы управленческой деятельности. Управление персоналом. Управленческая психология. Управление на предприятии: Учеб. для образовательных учреждений сред. проф. образования (сред. спец. учеб. заведений): Рек. М-вом образования РФ М.: Высш. шк., 2000

Л1.2 Столяренко, Людмила Дмитриевна Основы психологии: учеб. Пособие М.: Проспект, 2012

### 2. Дополнительная литература

Л2.1 Соколовская, С.В., Соколовская С. В. Психология физической культуры и спорта: учебное пособие для впо Санкт-Петербург: Лань, 2020

Л2.2 Гусева, Т.И., Катарьян, Т.В., Т.В. Катарьян; Т.И. Гусева Психология личности: учебное пособие Саратов: Научная книга, 2019

### 3. Методические разработки

Л3.1 Хозиев, В. Б., Авт.- сост. В.Б.Хозиев; Науч. ред. В.Я.Ляудис Сборник задач по психологии: Учеб. пособие для вузов: Рек. Координационным Советом по психологии М-ва общего и проф. образования РФ М.: МПСИ; Воронеж:НПО "МОДЭК";, 2000

Л3.2 Цветков, В.Л., В.Л. Цветков Психология конфликта. От теории к практике: учебное пособие Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017

### 4. Электронный ресурс

Э.1 Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 390 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17727-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533616>

### Интернет ресурсы:

ЭБС издательства «Лань» - <https://e.lanbook.com/>

ЭБС IPRbooks - <https://www.iprbookshop.ru/>

ЭБС «Znaniium.com» - <https://znanium.com/>

ЭБС Юрайт - <https://urait.ru/>

База электронных учебно-методических материалов ИСОиП - <https://libdb.sssu.ru/>