

ГБПОУ «Колледж олимпийского резерва Пермского края»
**Аннотация к дополнительной профессиональной программе повышения
квалификации «Психологические аспекты подготовки спортсмена с этапа НП до
ВСМ»**

1. Цель программы

Повышение психологической компетентности тренера в вопросах спортивной подготовки на разных этапах спортивной карьеры.

2. Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения программы являются сформированные умения:

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- применять знания по психологии при изучении профессиональных модулей;

Усвоенные знания:

- особенности психологии как науки, ее связь с педагогической наукой и практикой;
- основы психологии личности;
- возрастную периодизацию;
- возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;

Содержание дисциплины ориентировано на овладение профессиональными компетенциями (ПК):

Организация и проведение учебно-тренировочных занятий и руководство соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формировать 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 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

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

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

3. Содержание дисциплин

Введение

Тема 1. Психология спортивной деятельности

1.1. Особенности спортивной деятельности

1.2. Психологическая характеристика предстартового этапа

1.3. Психологическая характеристика этапа исполнения деятельности

1.4. Аналитический и оценочный этап результатов деятельности.

Тема 2. Мотивационная сфера спортсмена

2.1. Мотивы выбора вида спорта и занятий ими на разных этапах спортивной карьеры

2.2. Целеполагание (постановка спортивных целей). Уровень притязаний.

2.3. Индивидуальные особенности спортивных мотивов.

2.4. Половые различия в спортивной мотивации.

2.5. Управление мотивацией спортсменов.

Тема 3. Эмоциональная сфера спортсмена

3.1. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе

3.2. Предстартовые психические состояния.

3.3. Способы регуляции предстартовых состояний.

Тема 4. Психологическое обеспечение спортивной

4.1. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований.

4.2. Общая психологическая подготовка.

4.3. Специальная психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.

4.4. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.

4.4. Психологическое сопровождение на разных этапах спортивной карьеры.