

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
ГБПОУ РД «Профессионально - педагогический колледж имени
М.М.Меджидова»



Адзиева С. М.

» 08 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ 02. Основы психологии

Код и наименование специальности 49.02.01 Физическая культура

входящей в состав УГС 49.00.00 Физическая культура и спорт

Квалификация выпускника: педагог по физической культуре и спорту

Программа одобрена предметной (цикловой) комиссией психолого-педагогических дисциплин

Председатель предметной (цикловой) комиссии

Гаджикулиева Ф.Г.
Подпись

Гаджикулиева Ф.Г.
ФИО

30 08 2025г.

Избербаш 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОПЦ 02. Основы психологии разработана на основе:

-Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности **49.02.01 Физическая культура**, входящей в состав укрупненной группы специальностей **49.00.00 Физическая культура и спорт**, утвержденного приказом Минпросвещения России № 968 от 11 ноября 2022 г, зарегистрировано в Минюсте России № 71643 от 19 декабря 2022 г.(с изм. от 03.07.2024г.) с учетом:

- примерной программы;
- в соответствии с рабочим учебным планом образовательной организации на 2025/2026 учебный год

Разработчик:

- Ахмедова Абидат Алиевна - преподаватель психолого-педагогических дисциплин

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ 02. Основы психологии

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальности **49.02.01 Физическая культура и спорт**, входящей в состав укрупненной группы профессий **49.00.00 Физическая культура и спорт**.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина входит в профессиональный цикл ППССЗ (раздел общепрофессиональные дисциплины)

1.3. Цели и задачи дисциплины требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- применять знания по психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности психологии как науки, связь с педагогической наукой;
- основы психологии личности;
- закономерности психологического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;
- возрастную периодизацию;
- возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учёт в обучении и воспитании;
- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте;
- групповую динамику;
- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;
- основы психологии творчества.

Учитель физической культуры должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 102 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 76 часов;

самостоятельной работы обучающегося – 18 часов.

промежуточная аттестация – 8 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	76
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	42
курсовая работа (проект) <i>не предусмотрено</i>	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>не предусмотрено</i>	-
– систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы.	
Промежуточная аттестация в форме экзамена	8

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ 02. Основы психологии

	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Введение в психологию			12	
Тема 1.1 Предмет и задачи психологии Место психологии в системе наук	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Психология как наука. Объект и предмет психологии, ее задачи. Этапы развития психологии как науки.		
	Практическое занятие		1	
	1.	Решение ситуационных задач, направленных на определение основных форм проявления психики и их взаимосвязь: психические процессы, психические свойства, психические состояния.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Изображение рисунком или схемой системы психологических наук или связей психологии с другими науками (навыбор студента). Написание реферата по теме «Основные психологические теории зарубежной и отечественной психологии» (по выбору студентов)		1	
Тема 1.2 Методы психологического исследования	Содержание учебного материала		1	
	1	Понятие о методах психологического исследования, их классификация		
	Практическое занятие		2	
	Составление опорной схемы «Достоинства и недостатки некоторых методов исследования» на основе материалов лекции текста учебника			
	Самостоятельная работа обучающихся: Реферирование литературы на тему: «Этапы психологического исследования». Оформление результатов практических занятий.		1	
Тема 1.3 Современные представления об этапах развития психики	Содержание учебного материала		1	2
	1	Понятие о психике, ее структуре и функциях. Понятие о сознании. Структура сознания		
	Практическое занятие.		2	
	1	Психика и этапы ее развития.		
	2	Решение психологических задач, связанных с определением этапов развития психики у животных		
	Самостоятельная работа обучающихся: Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам,		1	

	составленных преподавателем).		
Раздел 2. Психология деятельности и познавательных процессов		28	
Тема 2.1 Категория деятельности в психологии	Содержание учебного материала	1	2
	1 Понятие деятельности. Структура деятельности. Виды деятельности.		
	Практическое занятие	2	
	1 Основные виды деятельности человека. Их роль на разных возрастных этапах.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление сравнительной характеристики различных видов деятельности. Подготовка к семинару по теме	1	
Тема 2.2 Внимание	Содержание учебного материала	1	2
	1 Внимание и его физиологические основы. Виды и свойства внимания.		
	Практическое занятие	2	
	1 Решение психологических задач, направленных на определение видов и свойств внимания. Изучение индивидуальных особенностей внимания		
	Самостоятельная работа обучающихся: Аналитический обзор статей журналов «Педагогика», «Физическая культура в школе» по проблеме «Приемы активизации внимания учащихся на уроке» Разработка памятки школьнику «Как научиться быть внимательным на уроке»	1	
Тема 2.3 Ощущение и восприятие	Содержание учебного материала	4	2
	1 Понятие об ощущении. Физиологическая основа, свойства, виды ощущений		
	2 Понятие о восприятии, физиологические основы его. Основные свойства и виды восприятия. Ошибки восприятия.		
	Практическое занятие	2	
	1 Решение психологических задач, направленных на определение свойств и закономерностей ощущений и восприятия		
	2 Разработка памятки учителю по организации эффективного восприятия учебного материала учащимися на уроке		
Тема 2.4 Память	Содержание учебного материала	2	2
	1 Понятие о памяти. Основные процессы памяти, их характеристика. Классификации видов памяти. Качества памяти.		
	Практическое занятие	2	
	1 Изучение индивидуальных особенностей памяти		

	Самостоятельная работа обучающихся: Выписать условия успешного запоминания. Описать 4-5 приемов, облегчающих запоминание	1	
Тема 2.5 Мышление и речь	Содержание учебного материала	2	2
	1 Мышление как высшая форма познавательной деятельности. Мыслительные формы и операции. Индивидуальные особенности мышления.		
	Практическое занятие	2	
	1 Решение психологических задач, направленных на определение операций, видов мышления		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подборка игр и упражнений для развития мышления и речи школьников на уроках физкультуры.	1	
Тема 2.6 Воображение	Содержание учебного материала	1	2
	1 Понятие о воображении. Виды воображения.		
	Практическое занятие	2	
	1 Знакомство с опытом работы учителей по развитию мышления и творческого воображения учащихся на уроках физкультуры		
	Самостоятельная работа обучающихся: Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам, составленным преподавателем).	1	
Раздел 3. Психологические особенности личности		26	
Тема 3.1 Человек, индивид, личность, индивидуальность	Содержание учебного материала	1	2
	1 Человек как индивид и как субъект. Психологическая структура личности.		
	Практическое занятие	2	
	1 Диагностика мотивационной сферы личности, ценностных ориентаций личности.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Провести сопоставительный анализ определений личности в различных науках (философия, педагогика, психология, социальная психология)	1	
Тема 3.2 Эмоции и чувства	Содержание учебного материала	2	2
	1 Общее понятие об эмоциях и чувствах. Эмоциональные состояния. Их характеристика. Высшие чувства. Развитие эмоций и чувств у школьников		
	Практическое занятие	2	
	1 Самоисследование эмоциональных состояний. Знакомство с существующими способами эмоциональной саморегуляции.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Реферирование литературы по теме «Значение эмоций в жизни человека. Способы управления эмоциями».	1	

Тема 3.3 Воля	Содержание учебного материала		2	2
	1	Понятие о воле. Волевая регуляция поведения. Волевые качества личности.		
	Практическое занятие		2	
	1	Изучение особенностей развития воли у детей.		
	2	Самообследование волевой сферы личности		
Тема 3.4 Темперамент	Содержание учебного материала		2	2
	1	Понятие о темпераменте. Физиологическая основа темперамента.		
	Практическое занятие		2	
	1	Изучение особенностей основных типов темперамента		
	2	Самоопределение преобладающего типа темперамента.		
Тема 3.5 Характер	Содержание учебного материала		1	2
	1	Понятие о характере. Его структура. Факторы, влияющие на формирование характера		
	Практическое занятие		2	
	1	Диагностика черт и акцентуаций характера		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление рекомендаций по воспитанию социально привлекательных черт характера школьника Выписать из словаря 10-15 различных черт характера, дав им соответствующую интерпретацию		1	
Тема 3.6 Способности	Содержание учебного материала		1	2
	1	Понятие о способностях. Задатки как органические предпосылки способностей		
	Практическое занятие		2	
	1	Изучение структуры и уровней развития способностей.		
	2	Подборка методик для диагностики двигательных способностей детей		
Раздел 4. Основы возрастной психологии			14	
Тема 4.1 Общие закономерности	Содержание учебного материала		5	
	1	Понятие возраста и возрастных особенностей. Закономерности психического развития. Предмет и задачи возрастной психологии.		2

психического развития	2	Возрастная периодизация психического развития. Критерии периодизации. Ведущая деятельность в контексте возрастного развития. Проблемы возрастных кризисов.		
	3	Новорожденность. Младенчество. Когнитивное, эмоциональное и двигательное развитие на первом году жизни.		
	4	Раннее детство. Пред дошкольный и дошкольный возраст. Готовность к школьному обучению. Содержательная характеристика развития ребёнка в младшем школьном возрасте		
	5	Содержательная характеристика развития ребенка в подростковом и старшем школьном возрасте		
	Практическое занятие		7	
	1	Изучение факторов, влияющих на психическое развитие человека		
	2	Решение ситуационных психологических задач по теме «Младенчество»		
	3	Решение ситуационных психологических задач по теме «Раннее детство»		
	4	Решение ситуационных психологических задач по теме «Дошкольное детство»		
	5	Проблемы готовности к школьному обучению. Школьная дезадаптация.		
	6	Проблемы современных подростков.		
	7	Составление сравнительной таблицы: «Особенности психических познавательных процессов детей школьного возраста».		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка рефератов по темам: «Психологическая характеристика детей школьного возраста» Подбор материалов для семинара «Проблемы современных подростков» Подготовить презентации по теме «Подростковые субкультуры»		2	
Раздел 5. Основы педагогической психологии			4	
Тема 5.1 Основы психологии обучения и воспитания	Содержание учебного материала		1	
	1	Психология обучения. Учебная деятельность, ее структура		2
	Практическое занятие		2	
	1	Знакомство с опытом работы учителей по формированию положительной учебной мотивации учащихся на уроках физкультуры (на основе анализа материалов СМИ)		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление рекомендаций школьникам, испытывающим трудности на уроках физкультуры		1	
Раздел 6. Психология человеческих взаимоотношений в норме и патологии			5	
Тема 6.1	Содержание учебного материала		2	

Социально-психологические и социально-педагогические аспекты общения	1	Личность в группе. Характеристика групповой динамики. Особенности общения и группового поведения в школьном возрасте		2
	2	Понятие и причины социальной дезадаптации и девиантного поведения. Предупреждение и коррекция социальной дезадаптации и девиантного поведения		
	Практическое занятие		2	
	1.	Составление алгоритма обследования дезадаптированного школьника		
	Самостоятельная работа обучающихся. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам, составленным преподавателем).		1	
Раздел 7. Психология физического воспитания и спорта			6	
Тема 7.1 Введение в психологию физического воспитания и спорта	Содержание учебного материала		2	2
	Предмет и задачи психологии физического воспитания и спорта. Взаимосвязь психологии физического воспитания и спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте.			
	Практическое занятие		2	
	1	Составление таблицы: «Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте на разных возрастных этапах»		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление перечня отличительных черт личности спортсмена.		2	
	Итоговая аттестация в форме экзамена		8	
	Всего		102	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Психология»

Технические средства обучения:

- компьютеры, локальная сеть, проектор, интерактивная доска.

Оборудование лаборатории и рабочих мест лаборатории:

- рабочее место преподавателя, оснащенное интерактивными средствами обучения;
- рабочие места по количеству обучающихся;
- комплект учебно-методической документации;
- контрольно-измерительные материалы по дисциплине.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет- ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Бережнова Е.В., Краевский В.В., Основы учебно – исследовательской деятельности студентов, - М.; Академия, 2018.
2. Давыдов В.В. Лекции по педагогической психологии. – М.; «Академия», 2016
3. Дарвиш О. Б., Возрастная психология ,- М.; ВЛАДОС-ПРЕСС, 2015.
4. Дубровина И. В., Данилова Е. Е., Прихожан А. М; Психология.- М.; «Академия», 2007.
5. Зимняя И. А., Педагогическая психология, М.; Логос, 2015.
6. Краснов А. Н. и др. Общая психология. – Ростов на Дону: Феникс, 2016.
7. Немов Р. С. Психология. - М.; ВЛАДОС, 2017.
8. Рогов Е. И. Психология. – М.; Владос, 2015.

Дополнительные источники:

1. Волков Б.С., Возрастная психология. В 2-х частях: от рождения до поступления в школу. - М.; ВЛАДОС, 2017.
2. Леонтьев А.Н., Лекции по общей психологии. - М.: «Академия», 2017.
3. Овчарова Р.В., Практическая психология в начальной школе. - М.:ТЦ Сфера, 2020.
4. Солодилова О.П., Возрастная психология в вопросах и ответах. - М.: Проспект, 2019.

Периодические издания (отечественные журналы):

1. Газета «Школьный психолог». Издательский дом «Первое сентября».
2. Электронный журнал «Психологическая наука и образование». Изд-во ГОУ ВПО Московский городской психолого-педагогический университет
3. Психологический журнал изд-во: Институт психологии РАН.
4. Российский психологический журнал.; Издательство «КРЕДО».
5. Вопросы психологии. Издательство НИИТ МГА ФК.

Интернет ресурсы:

1. Федеральный образовательный портал: <http://www.ict.edu.ru>
2. ИТ-образование в России: сайт открытого е-консорциума: <http://www.edu-it.ru>
3. <http://claw.ru/> - Образовательный портал
4. <http://ru.wikipedia.org/> - Свободная энциклопедия
5. Психологические исследования.: электрон, науч. журн.
URL:<http://psystudy.ru>
6. <http://www.voppsy.ru>
7. <http://www.pirao.ru>
8. <http://www.psy.msu.ru>
9. <http://www.avpu.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Итоговым контролем освоения обучающимися дисциплины является экзамен.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
умения:	
– применять знания по психологии при решении педагогических задач;	Текущий контроль в форме: – тестирования; – защиты индивидуальных заданий
– выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся;	Текущий контроль в форме: – тестирования; – защиты индивидуальных заданий
Знания:	
- особенности психологии как науки, связь с педагогической наукой и практикой;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование;
- основы психологии личности;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование;
- закономерности психологического развития человека как субъекта образовательного процесса, личности и индивидуальности;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование; – защита реферата (компьютерной презентации);
- возрастную периодизацию;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование;

	– защита реферата (компьютерной презентации);
- возрастные, половые, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, их учёт в обучении и воспитании;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование;
- особенности общения и группового поведения в школьном и дошкольном возрасте; групповую динамику;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование;
- понятия, причины, психологические основы предупреждения и коррекции школьной и социальной дезадаптации, девиантного поведения;	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование; - защита реферата (компьютерной презентации);
- основы психологии творчества.	Формы контроля обучения: – устный опрос; – активность на занятиях (экспертное суждение; дополнения к ответам сокурсников и т.п.); – тестирование;