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

Утверждаю
Директор
_____ Адзиева С. М.
«31» 08 2026г.

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

«31» августа 2026 г., председатель П(Ц)К _____ Бигишиева А.М.
подпись ФИО

Избербаш 2026 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 2026/2027 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** 7

3. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** 15

4. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** 16

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 (углубленной подготовки), 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 – 76часов;

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) *не предусмотрено*	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	***18***
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) *не предусмотрено*	-
– 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. Психология как наука. Объект и предмет психологии, ее задачи. Этапы развития психологии как науки.		1
	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 иотечественной психологии» (по выбору студентов)	1	
Тема 1.2 Методы психологического исследования	**Содержание учебного материала**	**1**	
	1 Понятие о методах психологического исследования, их классификация		2
	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**	
	1 Понятие о психике, ее структуре и функциях. Понятие о сознании. Структура сознания		2
	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 ивиды 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. Мыслительныеформы и операции. Индивидуальные особенности мышления.		
	Практическое занятие	2	
	1 Решение психологических задач, направленных наопределение операций, видов мышления		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подборка игр и упражнений дляразвития 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, составленных 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 Самообследование 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		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление программы воспитания волевых качеств личности		1	
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.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам, составленных преподавателем).		1	
Тема 3.5 Характер	**Содержание учебного материала**		**1**	2
	1	Понятие о характере. Его структура. Факторы, влияющие на формированиехарактера		
	Практическое занятие		**2**	
	1	Диагностика черт и акцентуаций характера		
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление рекомендаций повоспитанию социально привлекательных черт характера школьника Выписать из словаря 10-15 различных черт характера, дав им соответствующуюинтерпретацию		1	
Тема 3.6 Способности	**Содержание учебного материала**		**1**	2
	1	Понятие о способностях. Задатки как органические предпосылкиспособностей		
	Практическое занятие		*2*	
	1	Изучение структуры и уровней развития способностей.		
	2	Подборка методик для диагностики двигательныхспособностей 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 старшемшкольном возрасте		
	Практическое занятие		7	
	1	Изучение факторов, влияющих на психическое развитиечеловека		
	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: «Особенностипсихических 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 урокахфизкультуры (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. Особенностиобщения 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, составленных преподавателем).		*1*	
Раздел 7. Психология физического воспитания и спорта			**6**	
Тема 7.1 Введение в психологию физического воспитания и спорта	**Содержание учебного материала**		2	
	Предмет и задачи психологии физического воспитания и спорта. Взаимосвязьпсихологии физического воспитания и спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте.			2
	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	
	Промежуточная 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;