

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Романчук Иван Сергеевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.03.2025 09:16:04  
Уникальный программный ключ:  
6319edc2b582ffdacea443f01d5779368d0957ac34f5cd074d81181530452479

Приложение к рабочей  
программе дисциплины

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Наименование дисциплины	Основы психологии и педагогики физической культуры и спорта
Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль)	Физическая культура и спорт
Форма обучения	очная
Разработчики	Стародубцева И.В., заведующий кафедрой Макаридин Д.Н., доцент

## 1. Темы дисциплины для самостоятельного освоения обучающимися

Самостоятельная работа по дисциплине «Основы психологии и педагогики физической культуры и спорта» выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы студентов являются: конспектирование лекций; подготовка к занятиям, подготовка к тестированию, подготовка к зачёту.

Темы/разделы, выносимые на самостоятельное освоение обучающимися, «Отсутствуют».

## 2. План самостоятельной работы

№ п/п	Учебные встречи	Виды самостоятельной работы	Форма отчетности/ контроля	Количество баллов	Рекомендуемый бюджет времени на выполнение (ак.ч.)*
1	2	3	4	5	6
	Разделы дисциплины:				
1	Основы психологии ФК	Подготовка к тестированию	тестирование	50	40
2	Общие основы педагогики ФК	Подготовка к тестированию	тестирование	50	40
5	Дифференцированный зачёт	Подготовка к зачёту	собеседование	0	10

*В столбце 2 могут быть отражены темы/разделы дисциплины (модуля).*

## 3. Требования и рекомендации по выполнению самостоятельных работ обучающихся, критерии оценивания

### *Методические указания по подготовке к семинарским занятиям*

В ходе подготовки к семинарам необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя.

Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы нужно стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. Ведение записей позволяет создавать индивидуальный фонд подсобных материалов для быстрого повторения прочитанного.

Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах: план (схема прочитанного материала, краткий или подробный перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала); конспект (систематизированное, логичное изложение материала источника).

Темы для конспектирования:

### 1. Основы психологии ФК

2. Психические явления и их диагностика
3. Личность и деятельность
4. Свойства и структура личности
5. Эмоционально-волевая сфера личности
6. Диагностика эмоционально-волевой сферы личности
7. Познавательная сфера личности
8. Общие основы педагогики ФК
9. Общие основы педагогики
10. Общая характеристика образования
11. Общая характеристика образования
12. История педагогической науки и образования
13. История педагогической науки и образования
14. Основы социальной педагогики
15. Основы социальной педагогики

*Методические указания по подготовке к тестированию*

*Тестирование* представляет собой средство контроля усвоения учебного материала темы или раздела дисциплины.

Тестовые задания разработаны в соответствии с учебной программой дисциплины. Тестирование проводится после изучения каждого раздела на очередном практическом занятии. Список источников, рекомендуемых для подготовки к сдаче теста, приведен в соответствующем разделе методических рекомендаций. При необходимости и желании студент может использовать другие источники.

Тестовый материал включает в себя задания двух уровней сложности:

- первый уровень сложности — задания на выбор правильного ответа из предложенных вариантов, за каждый правильный ответ проставляется 2 балла;
- второй уровень сложности — проблемные вопросы и задачи, за каждый правильный ответ 10 баллов.

При подготовке к тесту не следует просто заучивать, необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц, схем, внимательное изучение сущности вынесенных на тестирование вопросов. Как и любая другая форма подготовки к контролю знаний, тестирование имеет ряд особенностей, знание которых помогает успешно выполнить тест. Прежде всего, следует внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся. Это поможет настроиться на работу. Лучше начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Это позволит сосредоточиться на выполнении более трудных вопросов. Важно всегда внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях.

*Тесты для самодиагностики*

1. В начале XX века предметом исследования психологии бихевиоризма являлась(лось)...
  - А) сознание
  - Б) психика
  - В) поведение
  - Г) душа
2. Не вмешиваются в поведение испытуемого, применяя метод ...
  - А) тестирования
  - Б) опроса
  - В) наблюдения
  - Г) эксперимента
3. Учение о типах высшей нервной деятельности принадлежит ...
  - А) В. К. Юнгу

Б) К. Леонгарду

В) И.П. Павлову

Г) Г. Айзенку

4. Способность живых организмов отвечать на жизненно значимые воздействия среды называется...

А) раздражимостью

Б) восприятием

В) чувствительностью

Г) отражением

5. К психическим явлениям относится...

А) нервный импульс

Б) рецептор

В) сердцебиение

Г) интерес

6. Мало осознаются или не осознаются совсем:

А) действия

Б) операции

В) деятельность

Г) умения

7. Переход внешней деятельности во внутренний психический план называется...

А) интериоризацией

Б) подражанием

В) обучением

Г) интерполяцией

8. Деятельность, целью которой является приобретение человеком знаний, умений и навыков, называется...

А) трудовой

Б) игровой

В) учебной

Г) предметной

9. Побудитель к деятельности, связанный с удовлетворением определённой потребности, - это:

А) задача

Б) установка

В) мотив

Г) образ действий

10. Прием воображения, с помощью которого человек выделяет какую-либо часть целого и делает ее доминирующей, называется...

А) аналогией

Б) акцентированием

В) агглютинацией

Г) типизацией

#### Раздел «Педагогика»

1. Вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования

А. Общее образование

Б. Дополнительное образование

В. Профессиональное образование

Г. Дошкольное образование

2. Какая из перечисленных программ является целенаправленной, контролируемой программой по созданию и апробированию нового содержания, новых технологий дополнительного образования или управления педагогическим процессом?
- А. Авторская
  - Б. Модифицированная
  - В. Экспериментальная
  - Г. Адаптированная
3. Методами педагогической диагностики являются:
- А. Индивидуальный, групповой
  - Б. Государственный стандарт
  - В. Наблюдение, ранжирование, сравнительные характеристики
  - Г. Цель, Содержание, Формы
4. Ведущим видом деятельности детей младшего школьного возраста является:
- А. Интимно-личностное общение
  - Б. Сюжетно-ролевая игра
  - В. Учебно-профессиональная
  - Г. Учебная
5. Деятельность, результатом которой является создание новых материальных и духовных ценностей, называется:
- А. Трудом
  - Б. Обучением
  - В. Созиданием
  - Г. Творчеством
6. Развитие творческих способностей обучающихся происходит эффективнее при применении педагогом метода:
- А. Словесного
  - Б. Репродуктивного
  - В. Частично-поискового
  - Г. Объяснительно-иллюстративного
7. Доступность реализации дополнительной общеобразовательной программы включает в себя такой компонент как:
- А. Разноуровневость построения и реализации программы
  - Б. Организация образовательной деятельности на основе модульного принципа
  - В. Наличие возможности выстраивания индивидуальных образовательных маршрутов
  - Г. Все перечисленные варианты
8. К видам учреждений дополнительного образования детей относятся:
- А. клубы, студии, кружки, театр;
  - Б. лаборатории, мастерские;
  - В. дворцы, центры, дома, клубы, станции;
  - Г. все ответы верные
9. Требования к образованию и опыту практической работы сотрудника, осуществляющего деятельность по реализации ДООП содержит следующий документ:
- А. Федеральный закон «Об образовании в РФ»
  - Б. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи
  - В. Целевая модель развития дополнительного образования
  - Г. Профессиональный стандарт
10. Разновидность учебно-методического издания, раскрывающего порядок, логику и специфику изучения какой-либо темы, проведения занятия, мероприятия с целью распространения наиболее эффективных, рациональных вариантов, образцов действий применительно к определенному виду деятельности, это:

- А. методическая разработка;
- Б. методические рекомендации;
- В. реферат;
- Г. статья.

#### 4. Рекомендации по самоподготовке к промежуточной аттестации по дисциплине

*Методические рекомендации по подготовке к дифференцированному зачёту в форме собеседования.*

Подготовка к дифференцированному зачету по дисциплине является традиционной формой проверки знаний, умений, компетенций, сформированных в процессе освоения всего содержания изучаемой дисциплины. В случае проведения дифференцированного зачета студент получает баллы, отражающие уровень его знаний. Самостоятельная подготовка к зачету должна осуществляться в течение всего семестра, а не за несколько дней до его проведения. Подготовка включает следующие действия:

- перечитать все лекции, а также материалы, которые готовились к семинарским занятиям в течение семестра;
- соотнести прочитанную информацию с вопросами, которые даны к зачету;
- выполнить поиск дополнительной информации в предложенной преподавателем литературе;
- подготовить краткие записи, фиксирующие логическую схему ответа на вопросы;
- накануне зачета повторить ответы, не заглядывая в записи.

*Собеседование* – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний, обучающегося по определенному разделу (модулю).

Оцениваемые показатели:

- Полнота изложения материала.
- Последовательность изложения.
- Владение речью и терминологией.
- Умение иллюстрировать материал конкретными примерами.
- Умение делать обобщение, выводы, сравнение.
- Степень самостоятельности изложения, без наводящих вопросов.
- Лаконичность изложения.

Критерии выставления оценки по итогам собеседования:

зачтено «отлично» – обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении вопроса, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок;

– зачтено «хорошо» – обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос;

– зачтено «удовлетворительно» – обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала;

– не зачтено – обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, не может ответить на дополнительные вопросы.

Вопросы к зачёту

1. Предмет и объект психологии.
2. Понятие и функции психики.
3. Основные методы психологических исследований.
4. Сознание как высший уровень отражения.

5. Понятие и виды ощущений.
6. Восприятие, его виды и свойства.
7. Понятие и свойства внимания.
8. Процессы памяти и закономерности запоминания.
9. Репродуктивное и продуктивное (творческое) воображение.
10. Понятие мышления и основные мыслительные операции.
11. Виды и функции эмоций.
12. Чувства и их классификация.
13. Личность как многоуровневая система психологических характеристик.
14. Способности.
15. Потребности: понятие, виды.
16. Мотивы: понятие, виды.
17. Темперамент, его виды и свойства.
18. Понятие характера.
19. Воля и ее функции.
20. Деятельность: понятие, структура.
21. Объект и предмет педагогики.
22. Основные категории педагогики: обучение, воспитание, образование, развитие, формирование личности.
23. Взаимосвязь педагогики и психологии и их место в системе наук.
24. Образование как общечеловеческая ценность, как социокультурный феномен и педагогический процесс.
25. История развития наук и их основные направления и парадигмы в различные эпохи социального развития в России
26. История развития наук и их основные направления и парадигмы в различные эпохи социального развития за рубежом.
27. Социальная педагогика как отрасль общей педагогики,
28. Условия, способствующие и препятствующие эффективности социального воспитания.

Литература для подготовки:

1. Психология физической культуры : учебник / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, Е. А. Науменко [и др.] ; под редакцией Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 624 с. — ISBN 978-5-906839-11-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/55586.html> (дата обращения: 31.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Попов, Е. Б. Гуманистическая педагогика: идеи, концепции, практика / Е.Б. Попов - Москва: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 156 с. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/515330> (дата обращения: 31.08.2022). - Режим доступа: по подписке.
3. Психология физической культуры и спорта : практикум / составители И. А. Попова, Ю. В. Хайбуллин. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 91 с. — ISBN 978-5-4497-0169-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/86453.html> (дата обращения: 31.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Писарева, Т. А. Общие основы педагогики: учебное пособие / Т. А. Писарева. — 2-е изд. — Саратов: Научная книга, 2019. — 127 с. — ISBN 978-5-9758-1759-4. — Текст: электронный. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81035.html> (дата обращения: 31.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.