**ЗАДАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Психолого-педагогическое сопровождение спортивной подготовки**

ВЫБРАТЬ ОДНО ЗАДАНИЕ В КАЖДОМ МОДУЛЕ И КРАТКО ЕГО ОПИСАТЬ В ТЕТРАДИ (2-3 СТР)

**Модуль 1. Психология личности спортсмена, тренера**

Введение в психологию физической культуры (ФК) и спорта. Здоровье и его сохранение с позиции психологии: понятие психологического здоровья, здорового образа жизни, модели и стадии его формирования, схема тела, образ тела, Я концепция тела.

Понятие деятельности, её общая структура, структура педагогической деятельности специалиста ФК и спорта.

Личность специалиста ФК и спорта, стили его деятельности, условия работы и критерии её эффективности, повышение квалификации, профпригодность.

Психология личности учащегося и спортсмена, способности и физические качества. Современная теория обучения двигательным действиям на основе формирования их ориентировочной основы (ООД). Общение в условиях занятий ФК и спортом.

Психология коллектива в ФК и спорте.

**Модуль 2. Спорт и стресс, психологические основы управления в спорте**

Спортивная психодиагностика (актуальная, прогностическая, отбор).

Спорт и стресс, психологические вопросы управления и индивидуализации спортивной подготовки и соревновательной деятельности.

Биоритмы и психическая, физическая активность (работоспособ­ность).

**Модуль 3. Спортивная психодиагностика**

Психолого-педагогическая характеристика школьника, самооценка качеств личности педагога ФК, измерение ПД (потребности достижений) и синдрома дифицита внимания (и гиперактивности).

Методика измерения мотивации занятий ФК и спортом, творческого потенциала,

Инструментальная методика измерения общего уровня мотивации.

Характерологические методики измерения черт личности (методики Айзенка,

Кетелла, Фаренберга – FРЕ, Малковой – ШАС –астенического состояния)

Измерение профессиональной направленности к деятельности учителяФК(Бабушкина), измерение свойств темперамента (Русалова), методика выявления профессиональных ориентаций (Климова)

Измерение коммуникативных и организаторских качеств учителя (КОС - 1) и социально-коммуникативной компетенции. Измерение нравственных качеств учащихся.

Измерение личностной и ситуативной тревожности, школьной тревожности (Филлипса) и самооценка психического состояния (САН)

Шкала ТС – 1Ю. Ханана – измерения отношений между тренером и учеником. Измерение межличностной приемлемости с помощью методики Бехаревой. Измерение социально – психологического климата коллектива класса и спортивного коллектива

Измерение психической надежности и типов эмоциональной регуляции (Мильман).

Измерение черт характера (Леонгарда)

Измерение интегральных свойств нейродинамии (А.Г. Дрижика) Измерение региональных свойств нейродинамии (силы, подвижности, лабильности, динамичности) инструментальным путём и опросниками.

Практическое занятие по освоению приемов ментального тренинга(Л. Унисталя).

**Темы индивидуальных (самостоятельных) занятий**

**ВЫБРАТЬ ОДНУ ИЗ ТЕМ И ПРЕДСТАВИТЬ В ВИДЕ ДОКЛАДА**

1. Профессиональная пригодность к деятельности специалиста ФК и спорта.
2. Критерии и тесты отбора к спортивной деятельности.
3. Индивидуализация совершенствования спортивного мастерст­ва на основе нейродинамики.
4. Особенности психологической подготовки к соревнованиям на основе измерения состояний по различны показателям, энергетики и двигательного навыка.
5. Психорегуляция в спорте, программы ментального тренинга, медитация.
6. Разновидности биоритмов, имеющих связь с двигательной активностью и планирование физической нагрузки.
7. Управление психофизической подготовкой на основе измерения, перманентных, текущих и оперативных состояний.