

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Психология физического воспитания и спорта

актуализирована Рябинин Сергей Петрович

протокол № 8 от «7» мая 2025 г.

Заведующий кафедрой теоретических основ физического воспитания

Ситничук Сергей Сергеевич

Обсуждена на заседании выпускающей кафедры

Протокол № 8 от «7» мая 2025 г.

Заведующий выпускающей Ситничук Сергей Сергеевич
кафедрой

Одобрено НМСС(Н)

Института физической культуры, спорта и здоровья им.
И.С. Ярыгина

«14» мая 2025 г. протокол №8

Председатель

Казакевич Н.Н.

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2025/2026 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлено вопросы к экзамену

Программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры

"7 " мая 2025 г., протокол № 8

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой

Ситничук Сергей Сергеевич

Одобрено НМСС(Н)

"14" мая 2025 г., протокол № 8

Председатель

Казакевич Наталья Николаевна

Психология физического воспитания и спорта

Вопросы к экзамену

1. Предмет изучения в психологии физического воспитания и спорта.
2. Педагогический характер психологии физического воспитания.
3. Задачи психологии физического воспитания.
4. Задачи психологии спорта.
5. Психологические особенности мыслительной деятельности на уроках физической культуры.
6. Роль двигательной памяти в процессе занятия физическими упражнениями.
7. Мотивационная сфера школьника и её возрастные особенности.
8. Эмоциональная сфера школьника и её возрастные особенности.
9. Самосознание школьника.
10. Сила воли.
11. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта.
12. Психологическая систематика видов спорта
13. Психологическая характеристика физических качеств.
14. Психологическое понимание двигательных навыков и особенности их формирования. Стадии формирования двигательных навыков.
15. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий.
16. Роль представлений в управлении движениями.
17. Психологическое напряжение и перенапряжение в спортивной деятельности.
18. Общие признаки перенапряжения. Специальные признаки

состояния нервозности, прочной стеничности и астеничности.

19. Предсоревновательные психические состояния.
20. Антиципация в спорте.
21. Психологическая характеристика спортивных групп.
22. Социально-психологический климат и его значение в спорте.
23. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен».
24. Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен-спортсмен».
25. Мотивы спортивной деятельности.
26. Психологические особенности соревнования.
27. Психологические особенности тренировки.
28. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям
29. Аутогенная тренировка. Методика обучения.
30. Идеомоторная тренировка.
31. Приемы регуляции и саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний
32. Лидерство в спортивном коллективе.
33. Влияние занятий различными видами спортивной деятельности на развитие психических функций школьников