

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Романчук Иван Сергеевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.10.2023  
Уникальный программный ключ:  
e68634da050325a9234284dd96b4f0f8b288e139

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»  
Тюменский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал)  
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДЕНО  
Заместителем директора филиала  
Шитиковым П.М.  
РАЗРАБОТЧИК  
Медведева Н.А.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Рабочая программа  
для обучающихся по направлению подготовки  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
профили подготовки  
Физическая культура; безопасность жизнедеятельности  
формы обучения очная, заочная

## 1. Паспорт оценочных материалов по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины в ходе текущего контроля, вид промежуточной аттестации	Код и содержание компетенции	Оценочные материалы
1	2	3	4
1.	Развитие личности в спортивной деятельности	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде ПК-1 Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Тестирование Подготовка ответа на семинарское занятие Доклад, эссе Решение практических ситуаций Проведение мастер-класса
2.	Профессионализация личности в спорте	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде ПК-1 Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Тестирование Подготовка ответа на семинарское занятие Доклад, эссе Решение практических ситуаций Проведение мастер-класса
3.	Психологическое сопровождение спортивной деятельности	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде ПК-1 Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Тестирование Подготовка ответа на семинарское занятие Доклад, эссе Решение практических ситуаций Проведение мастер-класса
4.	Психогигиена и психорегуляция в спорте	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде ПК-1 Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Тестирование Подготовка ответа на семинарское занятие Доклад, эссе Решение практических ситуаций Проведение мастер-класса
	Дифференцированный зачет (9 семестр очная форма обучения, 10 семестр заочная форма обучения)	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде ПК-1 Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Тестирование

## 2. Виды и характеристика оценочных средств

Система оценивания включает оценку текущей работы на лекциях и семинарских занятиях, выполнение самостоятельной работы, заданий по желанию студентов, тестовую работу, аттестацию по результатам освоения дисциплины.

Текущая работа студента включает:

- индивидуальные консультации с преподавателем в течение семестра, собеседование по текущим практическим заданиям;
- подготовку к практическим занятиям, углубленное изучение отдельных тем и вопросов курса;
- выполнение самостоятельных заданий;
- подготовку к аттестации по дисциплине - зачету.

Итоговая аттестация проводится с использованием программы Online Test Pad: <https://onlinetestpad.com/chf7cvq3hiizc>

## 3. Оценочные средства

### Перечень тем для самостоятельной разработки электронной презентации

1. Общее понятие о психорегуляции как одном из уровней регуляции активности живых существ.
2. Психорегуляция функционального состояния.
3. Методы и способы психопрофилактики стрессовых состояний в спортивной деятельности.
4. Характеристика состояния релаксации как основного действующего фактора при использовании методов психорегуляции.
5. Нервно-мышечная релаксация (НМР). Многовариантность использования методов НМР, ее сочетание с другими методами психологической саморегуляции.
6. Аутогенная тренировка (АТ). Содержание и история становления метода.
7. Современные модификации аутогенной тренировки и направления их использования в спортивной практике.
8. Разработка новых методик аутогенной тренировки: модификации классического варианта АТ, расширение набора соответствующих приемов саморегуляции.
9. Идеомоторная тренировка и сенсорная репродукция образов. Пути применения идеомоторной тренировки и сенсорной репродукции в спортивной практике.
10. Сравнительная эффективность методов психорегуляции.
11. Особенности построения программ обучения приемам психорегуляции.
12. Понятие об актуальной, пролонгированной и отсроченной эффективности обучения психорегуляции.
13. Особенности динамики функционального состояния как результат обучения спортсменов навыкам психорегуляции.
14. Методы диагностики и оценки навыков психорегуляции.
15. Комплексы психологической релаксации (КПР).
16. Методическое обеспечение работы комплекса психологической релаксации.
17. Технология обучения навыкам психорегуляции и организации тренингов психорегуляции.
18. Методы гетерорегуляции. Цель, задачи и содержание специальной психологической подготовки к конкретному соревнованию.
19. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований.

20. Внимание и его значение для психической саморегуляции.
21. Методы психической саморегуляции.
22. Классификация методов психической саморегуляции с учетом содержания сознания.
23. Аутогенная тренировка (И.Г. Шульц).
24. Измерение и оценка эмоциональной напряженности и эмоциональной устойчивости спортсмена.
25. Оптимальное боевое состояние спортсмена и его компоненты (по А.В. Алексееву).
26. Управление оптимальным боевым состоянием спортсмена.
27. Методы восстановления психической работоспособности спортсмена.
28. Понятие о психопрофилактической работе психолога в спорте.
29. Понятие о психореабилитации спортсмена.
30. Методы психорегуляции при избыточном нервно-психическом перенапряжении.
31. Методы психорегуляции в состоянии фрустрации спортсмена.
32. Изучение психологических средств саморегуляции и регуляции психических состояний спортсмена.

#### **Перечень художественных и документальных фильмов о спорте, рекомендуемых для просмотра**

Альпинизм: Альпинист (2008); Белое проклятье (1987); Белый взрыв (1969); Вертикаль (1967); Вертикальный предел (Вертикальный лимит) / Vertical Limit (2000); Восхождение / The Climb (2002); Головокружение / Vertige (High Lane) (2009); Пока стоят горы (1976); Покорить высоту (Дойти до предела) / Take It To The Limit (2000); Скалолаз / Cliffhanger (1993); Спуск (Зловещая темнота) / The Descent (2005); Спуск 2 / The Descent: Part 2 (2009).

Легкая атлетика: Бегун / Running, Goo (Racing Heart / Running Shirt) (2010); Быстрее собственной тени (1980); Везучая (1987); Выносливость - Хайле Гебрселассие / Endurance - Haile Gebrselassie (1999); Гонки по кругу / Across the Tracks (1991); Звездочки на земле / Salaam Bacche (2006); Марафон / Marathon (2005); Марафон / Marathon (Marason) (2007); Миля Джерико / The Jericho Mile (1979); Одиночество бегуна на длинную дистанцию / The Loneliness of the Long Distance Runner (1962); Тактика бега на длинную дистанцию (1978); Финишная прямая (Правая линия) / La ligne droite (2011); Бегом до самых небес / Racing to crown (Marathon runner) / Dalljoso Hanulkazi (2000).

Тяжелая атлетика: Железные игры (1979); Качая железо / Pumping Iron (1977); Качая Железо II: Женщины / Pumping Iron II: The Women (1985); Оставайся Голодным / Stay Hungry / Mister Universum (1976); «Качая железо» / Raw Iron - The Making Of Pumping Iron (2002).  
Баскетбол: Игра по чужим правилам / Glory Road (2006).

Бокс: Академия смерти / NaPolA (Napola - Elite fur den Fuhrer) / Before the Fall (2004); Белая медведица (2008); Бей в кость / Play It to the Bone (1999); Белая медведица (2008); Бешеный Бык (Разъяренный бык) / Raging Bull (1980); Блудный боксер (Супербоксер) / Prodigal boxer / Fang Shi Yu (1972); Боец / Fighter (2010); Бой с тенью (1972); Бой с тенью 159 (2005); Бой с тенью 2: Реванш (2007); Бой Томми Райли (Поединок Томми Райли) / Fighting Tommy Riley (2005); Боксер / The Boxer (1997); Воин / Warrior (Гэвин О'Коннор / Gavin O'Connor) (2011); Воскрешая чемпиона / Ressurecting the Champ (2007); Два кулака и одно сердце / Two fists, one heart (2008); Женский бой / Girlfight [Карин Кусама / Karin Kusama] (2000); Каменная башка (2008); На вершине мира: История Мохаммеда Али / King of the World (2000); Нокдаун / Cinderella Man (2005); Первая перчатка (1946); Реквием по тяжеловесу / Requiem for a

Heavyweight / Blood Money (1962); Ринг (1973); Рокки / Rocky (1976); Рокки 2 / Rocky II (1979); Рокки 3 / Rocky III (1982); Рокки 4 / Rocky IV (1985); Рокки 5 / Rocky V (1990); Рокки Бальбоа / Rocky Balboa (2006); Тайсон / Tyson (1995); Триумф духа / Triumph of the Spirit (1989); Ураган / The Hurricane (1999); Цена славы / Price of Glory (2000).

Велогонки: Велосипедист / Velo de Ghislain Lambert, Le (Ghislan Lambert's Bicycle) (2001); Укротители велосипедов (1963); Уходя в отрыв (Вырваться вперед) / Breaking Away (1979).

Волейбол: Любовь или волейбол / Kussen verboden, baggern erlaubt (2003); Облако 9 / Cloud 9 (2006); Пляжный волейбол / Beach Spike / Re lang qiu ai zhan (2011); Путь к медалям (Ожившие ведьмы) (1980); Фактор удара / Impact Point (2008). Гребля: The Challenge (1986); Белый шквал / White Squall (1996); Ветер / Wind (1992); Гонка века (1986); Королевская регата (1966); Летняя гроза (Летний шторм) / Summer Storm (SommerSturm) (2004); Сквозь шторм / Two Came Back (1997); Соперницы (1985); Яхты в море / Jahid merel (1955).

Единоборства: Без правил (Все захваты разрешены) / No Holds Barred (1989); Бесстрашный / Huo Yuan Jia / Fearless (2006); Боец / Fighter (2007); Бойцовский клуб / Fight Club (1999); Борец / Yeokdosan / Rikidozan (2004); Борцу не больно (2010); Вне кольца (Вне ринга) / Beyond The Ring (2008); Девушка из Шаолиня (Шаолиньская девушка) / Shaolin Girl / Shorin shojo (2008); Кикбоксер / Kickboxer (1989); Кикбоксер 2: Дорога назад / Kickboxer 2: The Road Back (1991); Кикбоксер 3: Искусство войны / Kickboxer 3: The Art of War (1992); Легендарный / Legendary (2010); Чемпион мира (1954); Чёрный пояс / Kuro Obi (Black Belt) (2007); Борец и клоун (1957); Борцу не больно (2010); Бросок вниз / Throw Down / Yau doh lung fu bong (Джонни То / Johnny To) [2004]; Гений дзюдо (2007); Легенда о великом мастере дзюдо (Гений Дзюдо) / Sugata Sanshiro (Акира Куросава / Akira Kurosawa) (1943); Легенда о великом мастере дзюдо 2 (1945); Путь в спортзал (2004); Решающая схватка (1979); Чемпион мира (Владимир Гончуков) (1954); Шанс на победу (2001).

Конные виды спорта: Бегство / Virginia's Run (2002); Безумные скачки: Афера Мандраке / Febbre da Cavallo - La Mandrakata (2002); Бешеные скачки / Racing Stripes (2005); Девушка и Гранд (1981); Крепыш (1981); Резвая / Ruffian (2007); Скачки / All Hat (2007); Удача / Luck (2011); Фаворит / Seabiscuit (2003); Фар Лэп: Путь к победе / Phar Lap (1983); Черный скакун (Черный конь, Вороной жеребец) / The Black Stallion (1979); Черный скакун 2 (Возвращение черного скакуна) / The Black Stallion Returns (1983). Конькобежный спорт: Огонь, лёд и динамит / Feuer, Eis und Dynamit / Fire, Ice and Dynamite (1990); Цена быстрых секунд (1971).

Лыжи: Безумные лыжники / Ski Hard / Downhill Willie (1995); Завтрак с видом на Эльбрус (1993); Лыжная школа / Ski School (1991); Лыжная школа 2 / Ski School 2 (1995); Лыжный патруль / Ski patrol (1990); Покорители вершин (Глубокая зима) / Deep Winter (2008); Экстремалы / Extreme Ops (2002).

Плавание: Всё решает мгновение (1978); Голубая бездна / Le Grand bleu / The Big Blue (1988); Заплыв в жизнь / The Big Bad Swim (2006); Нырять!! (Погружение) / Dive!! (2008); Пловцы / Waterboys (2001); Пловец (1981); Погружение / The Dive (2012).

Теннис: 15:0 (Школа первых ракеток) / 15:Love / (2004-2006); Гари, тренер по теннису / Balls Out: The Gary Houseman Story (2009); Единоы (Корея / Как один) / As one (Korea) / Ko-gi-a (Мун Хён Сон / Moon Hyeon-seong) (2012); Матч поинт / Match Point (2005); 160 Поиграем в теннис? / Tennis, Anyone...? (2005); Последний гейм (1981); Принц Тенниса / Prince of Tennis / Tennis no oujisama (2006); Уимблдон / Wimbledon (2004).

Фехтование: Вызов (1986); Поднявший меч (Шпага) / By the sword (1991); Последний мушкетер / The Last Musketeer [Билл Бриттен / Bill Britten]; Учитель фехтования (Мастер фехтования) / El maestro de esgrima (1992).

Футбол: Азбука футбола (Биг Грин) / The Big Green (1995); Великий матч / La Gran Final (2006); Вратарь (1936); Вся жизнь-игра / All in the Game (2006); Забей гол! / Dhan Dhana Dhan Goal (2007); Забойный футбол / Manner wie wir / GUYS and BALLS (2004); Матч (2012); Матч состоится в любую погоду (1985); Мой лучший друг, генерал Василий, сын Иосифа (1991); Одиннадцать надежд (1975); Проклятый Юнайтед / The Damned United (2009); Тренер (Английский тренер, Майк Бассет - английский тренер) / Mike Bassett: England Manager (2001); Убойный футбол (Шаолинский футбол) / Siu lam juk kau (Shaolin Soccer) (2001); Фабрика футбола (Фанаты) / The Football Factory (2004); Футболистки / FC Venus (2005); Цена победы / A Shot at Glory (2000); Юнайтед. Мюнхенская трагедия / United (2011). Хоккей: Легенда №17 (2012); Валерий Харламов. Дополнительное время (2008); Вратарь (1974); Канада - СССР 1972; По Тонкому Льду: В Погоне за Золотом (Ледяной ангел) / On Thin Ice: Going for the Gold (Ice Angel) (2000 или 2002).

Шахматы: В поисках Бобби Фишера (Выбор игры) / Searching for Bobby Fischer (1993); Вокруг шахмат (1990); Гроссмейстер (1972); Да здравствует королева / Lang leve de koningin (1995); Защита Лужина / The Luzhin Defence (2000); Капабланка (1986); Королевский гамбит (Последний ход) / Final Move (2006); Фламандская доска (Без прикрытия, Чужие тайны) / Uncovered (1994); Ход королевой / Ход конём / Knight Moves (1992); Шахматистка (Ход королевой) / Joueuse (2009); Шахматы / Chess (2003); Эндшпиль (Шах и Мат, Конец игры) / Endgame (2011).

#### **Перечень дополнительной литературы для самостоятельного изучения**

1. Алексеев, А.В. Состояние вдохновения у спортсменов / А.В. Алексеев // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 78-88.
2. Алексеев, А.В. Как управлять своим вниманием перед стартом // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 231-239.
3. Багадирова, С.К. Динамика волевых механизмов саморегуляции спортсменов – дзюдоистов в процессе развивающих тренингов / С.К. Багадирова // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. – Майкоп, 2008. – Вып. 7. – С. 226-230.
4. Багадирова, С.К. Психологические особенности гендерной социализации личности в спорте (на примере дзюдо) / С.К. Багадирова // Личность и общество: проблемы философии, психологии и социологии: материалы Междунар. науч.-практ. конф. – Пенза, 2010. – С. 40-43.
5. Багадирова, С.К. Этапы профессионализации личности в спорте / С.К. Багадирова // Физкультура и образование, спорт, биомеханика, безопасность жизнедеятельности: материалы междунар. науч. конф. – Майкоп, 2010. – С. 20-25.
6. Багадирова, С.К. Организация психологического сопровождения в спорте (на примере команды дзюдоистов) / С.К. Багадирова // Теоретические и прикладные проблемы психологии личности: материалы VIII Всерос. науч.-практ. конф. – Пенза, 2010. – С. 105- 107.
7. Багадирова, С.К. Профессионализация спорта: этапы развития профессионала / С.К. Багадирова // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения:

материалы XVIII Междунар. науч.-практ. конф. / под общ. ред. С.С. Чернова. – Новосибирск, 2011. – С. 483-487.

8. Багадирова, С.К. Формирование мотивации спортивной деятельности дзюдоистов на этапе начальной спортивной специализации посредством развивающих тренингов / С.К. Багадирова // Вопросы научного образования по гуманитарным, социальным и психологическим специальностям: материалы III Междунар. науч. заочной конф. – М.: Издательство ИНГН, 2011. – С. 18-22.

9. Багадирова, С.К. Изучение кризисов спортивной карьеры, как основа системы психологического сопровождения спортсменов / С.К. Багадирова // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: материалы XVIII Междунар. науч.-практ. конф. / под общ. ред. С.С. Чернова. – Новосибирск, 2011. – С. 361-367.

10. Багадирова, С.К. Основные задачи психологического сопровождения в спорте по формированию и сохранению мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки / С.К. Багадирова // Приоритетные научные направления: от теории к практике: материалы Первой междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск, 2012. С. 79-84.

11. Багадирова, С.К. Анализ направлений исследований и форм развития мотивации спортивной деятельности (теоретический и практический аспекты) / С.К. Багадирова // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей: сб. науч. работ. – Майкоп, 2012. – Вып. 3. – С. 7-14.

12. Багадирова, С.К. Исследование генезиса мотивации спортивной деятельности, как основа психологического сопровождения многолетней подготовки спортсменов / С.К. Багадирова // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Краснодар, 2012. С. 6-8.

13. Багадирова, С.К. Психологические тренинги развития мотивации спортивной деятельности, как форма психологического сопровождения спортсменов / С.К. Багадирова // Физическая культура, здравоохранение и образование: материалы VI Всерос. науч.-практ. конф. памяти В.С. Пирусского, 15-16 ноября, 2012 г. – Томск, 2012. – С. 102-109.

14. Барабанова, А.Г. Психологические резервы оптимизации спортивной деятельности / А.Г. Барабанова, А.П. Горячева, В.С. Никитина // Тренер: журнал в журнале «Теория и практика физической культуры». – 2006. – № 5.

15. Блеер, А.Н. Психологические факторы обеспечения устойчивости психомоторных действий в единоборствах [Электронный ресурс] / А.Н. Блеер – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/ТРЕК/2006n6/p28-31.htm>

16. Ганюшкин, А. Д. К вопросу о технологии психологической подготовки спортсмена // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 239-246.

17. Горбунов, Г. Д. Практический психолог в спорте // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 260-269. 162

18. Гогун, Е.Н. Условия психологической подготовки специалистов по физической культуре и спорту [Электронный ресурс] / Е.Н. Гогун. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2004N3/p7-12.htm>

19. Гордон, С.М. Оценка психической готовности к соревновательной деятельности спортсменов разных специализаций и квалификаций (на примере циклических, игровых видов

- и спортивных единоборств) [Электронный ресурс] / С.М. Гордон, А.Б. Ильин. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2004n2/p46-49.htm>
20. Горская, Г.Б. Психологическая теория спортивной деятельности: актуальные направления развития [Электронный ресурс] / Г.Б. Горская. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/1999N5/p53-56.htm>
21. Горская, Г.Б. Гендерные аспекты социальной адаптации в условиях ранней профессионализации [Электронный ресурс] / Г.Б. Горская, Т.И. Зернова, Е.А. Пархоменко. – Режим доступа: <http://www.follow.ru/article/353>.
22. Горская, Г.Б. Психологические эффекты ранней профессионализации личности [Электронный ресурс] / Г.Б. Горская // Человек. Сообщество. Управление: науч.-информ. журнал. – 2008. – № 3. – С. 106-113.
23. Григорьянц, И.А. Психолого-педагогическая помощь в деятельности спортсменов [Электронный ресурс] / И.А. Григорьянц. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/p36-38.htm>
24. Григорьянц, И.А. Проблема готовности к соревнованию в спорте [Электронный ресурс] / И.А. Григорьянц. – Режим доступа: <http://www.infosport.ru/press/tpfk/1999N4/p37-38.htm>
25. Двали, Г.М. Психологическая помощь тренера спортсмену во время соревнований / Г.М. Двали // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 269-275.
26. Джемгаров, Т.Т. Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений / Т.Т. Джемгаров // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 14-21.
27. Душкин, А.С. Модель психологического сопровождения профилактической деятельности сотрудников подразделений по делам несовершеннолетних органов внутренних дел [Электронный ресурс] / А.С. Душкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 9 от 4/10/2010, с. 38-43. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/147c674f-4c88-4d6d-8e7d-af004640d0f9>.
28. Дука, А. О двух типах личности спортсмена (по материалам зарубежных исследований) / А. Дука // Человек в мире спорта: новые идеи, технологии, перспективы: тез. докл. Междунар. конгр. – М., 1998. – Т. 2. – С. 369-370.
29. Зефирова, Е.В. Точность психологического прогнозирования успешности выступлений спортсменов-единоборцев [Электронный ресурс] / Е.В. Зефирова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 10 от 8/11/2010, с. 39-44. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/45880706-0a01-41f6-a4bc16b06f233c99/>
30. Иванов, И.Б. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам, завершающим спортивную карьеру [Электронный ресурс] / И.Б. Иванов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 11 от 8/12/2008, с. 33-36. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/45880706-0a01-41f6-a4bc16b06f233c99/>
31. Ильин, Е.П. Состояния монотонии у спортсменов // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 88-98.
32. Ильин, Е.П. Состояние наивысшей готовности и работоспособности спортсмена // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 253-260.



33. Ильин, Е.П. Стили спортивной деятельности // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 128-136.
34. Качанова, Н. Исследование психологии спортсмена в условиях соревнований [Электронный ресурс] / Н. Качанова, А. Ашурков. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/2006N6/p32-33.htm>
35. Крылов, А. Некоторые проблемы психологии спорта в современном мире / А.А. Крылов // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 37-42.
36. Колешао, А.А. Психологические особенности спортивной борьбы / А.А. Колешао // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 346-351.
37. Кирьянова, Л.А. Особенности проявления типологических свойств нервной системы легкоатлетов – спринтеров / Л.А. Кирьянова, Е. Анисимова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 5 от 11/6/2010, с. 38-42. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/85188731-0b39-4b29-bd7a-184306c24a9c/>
38. Леевик, Г.Е. Черты характера спортсменов разного уровня мастерства // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 136-152.
39. Ложкин, Г. Интерперсональные конфликты в спортивной команде [Электронный ресурс] / Г. Ложкин. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=467>
40. Малиновский, С.В. Реализация проблемных ситуаций тактико-технических задач с помощью технических средств обучения / С.В. Малиновский, В.Г. Пашинцев // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – N 2. – С. 46-50.
41. Малинаукас, Р.К. Особенности психической надёжности баскетболистов различной квалификации / Р.К. Малинаукас, А.Р. Брусокас // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 1.
42. Марищук, Л. Методы психодиагностики в спорте / Л. Марищук // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 279-289.
43. Марищук, В.Л. Воспитательная работа с высококлассными атлетами / В.Л. Марищук, Е.А. Пеньковский // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 174-188.
44. Меньщикова, Л. Публичность соревнований как фактор психологического воздействия на личность спортсмена / Л. Меньщикова // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 355-361.
45. Мунтян, В.С. Оптимизация результативности соревновательной деятельности спортсменов на основе повышения уровня их психологической устойчивости / В.С. Мунтян // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 4. – С. 55-58.
46. Мицкевич, Э. Индивидуальное управление учебно-тренировочным процессом высококвалифицированных спортсменов-дзюдоистов / Э. Мицкевич // Теория и практика физической культуры. Показать все документы источника, 12 от 12/2007, с. 52. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/0bba6646-c734-42fd-88ab-b003a72ffc05/>

47. Николаев, А.Н. Влияние факторов «чужого поля» на выступления футболистов / А.Н. Николаев // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 351-355.
48. Неверкович, С.Д. Спортивная деятельность: психические состояния, диагностика, отбор [Электронный ресурс] / С.Д. Неверкович, У.Ш. Сундетова. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2003n5/p43-htm>
49. Озолин, Э.С. Психология - фактор, определяющий успех в спорте (по страницам зарубежной печати) [Электронный ресурс] / Э.С. Озолин. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2004n11/p26.39-41.htm>
50. Орешкина, Т.И. Развитие свойств психических процессов как составляющая психологической подготовки спортсмена [Электронный ресурс] / Т.И. Орешкина, О.А. Маркиянов, А.И. Орлов // Вестник спортивной науки. Показать все документы источника, 2 от 2/4/2009, с. 8-11.
51. Палайма, Ю.Ю. Преодоление отрицательных эмоциональных состояний в спорте / Ю.Ю. Палайма // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 98-107.
52. Пуни, А.Ц. Очерк истории психологии спорта / А.Ц. Пуни // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 24 -31.
53. Пуни, А.Ц. Формирование и актуализация мотивов участия в соревнованиях / А.Ц. Пуни // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 219-231.
54. Пуни, А.Ц. О психологической разведке в подготовке к соревнованию / А.Ц. Пуни // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 246-250.
55. Пуни, А.Ц. Методы психологического исследования в спорте / А.Ц. Пуни // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 275-279.
56. Портных, И. Воспитательное влияние психологии побед и поражений в спорте / И. Портных // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 202-210.
57. Пилюян, Р.А. Мотивы и мотивация спортивной деятельности / Р.А. Пилюян // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 202-219.
58. Пилюян, Р.А. Двигательная структура спортивной борьбы с точки зрения теории деятельности ) [Электронный ресурс] / Р.А. Пилюян, Ю.А. Шахмурадов. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1997N3/p5-8.htm>
59. Пономарёв, П.Л. Взгляд психолога на существующую систему подготовки спортсменов. Синдром спортивной дедовщины / П.Л. Пономарёв. – Режим доступа: <http://www.sportsv.ru/articles.php?nm=8&PHPSESSID=1bb3addab16c1d1d9b766baf86840716>
60. Починкин, А.В. Противостояние любительского и профессионального спорта в олимпийском движении: историко-теоретический анализ [Электронный ресурс] / А.В. Починкин. – Режим доступа: <http://www.bmsi.ru/doc/580f5f59-d301-462d-a5f4-81bddeea10b5/>

61. Полишкис, М.С. Личностные факторы эффективности и надёжности соревновательной деятельности юных футболистов ) [Электронный ресурс] / М.С. Полишкис, О.В. Дашкевич, И.А. Клесов. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/1998N2/p47-50.htm>
62. Радченко, Л.Н. Опыт аутогенной тренировки борцов / Л.Н. Радченко // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 250-253.
63. Румянцева, В.И. Восприятие и понимание друг друга в спортивном общении / В.И. Румянцева, Л.М. Руйбите // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 361-188.
64. Рудик, П.А. О нравственном воспитании спортсмена / П.А. Рудик // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 188-196.
65. Родионов, А.В. Психология спорта высших достижений / А.В. Родионов // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 303-308.
66. Самохина, А. Факторы, влияющие на результат соревновательной деятельности [Электронный ресурс] / А. Самохина. – Режим доступа: <http://sportpsychology.narod.ru/faktori.htm>
67. Сараф, М.Я. Профессионализация спорта и спортивная этика [Электронный ресурс] / М.Я. Сараф. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2001N7/p32-33.htm>
68. Староста, В. Современная система отбора юных спортсменов для занятий спортом [Электронный ресурс] / В. Староста // Физическая культура. – 2003. – № 2. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2003N2/p51-55.htm>
69. Стамбулова, Н.Б. Психологическая структура спортивной деятельности / Н.Б. Стамбулова // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 32-37.
70. Стамбулова, Н.Б. О формировании спортивно важных психических свойств спортсмена / Н.Б. Стамбулова // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 64-73.
71. Стамбулова, Н.Б. Кризисы спортивной карьеры / Н.Б. Стамбулова. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1997N10/p13-17.htm>
72. Станиславская, И.Г. Трудности завершения спортивной карьеры [Электронный ресурс] / И.Г. Станиславская // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 2 от 2/2/2009, с. 31-35. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/85188731-0b39-4b29-bd7a-184306c24a9c/>
73. Соколов, А.Н. Влияние психологической готовности на предстартовое состояние и результативность соревновательной деятельности дзюдоистов различной квалификации [Электронный ресурс] / А.Н. Соколов, А.И. Чикуров, А.П. Шумилин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 3 (37) от 3/2008, с. 13-17. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/3419e2e1-2bbc-4a13-85fe-b301f29ee630/>
74. Смирнова, В.В. Соотношение компонентов психологического сопровождения спортивной деятельности [Электронный ресурс] / В.В. Смирнова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 10 от 9/11/2009, с. 89-93. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/3419e2e1-2bbc-4a13-85fe-b301f29ee630/>

75. Смирнов, Б.Н. Психологические механизмы эмоционально-волевой саморегуляции в спорте [Электронный ресурс] / Б.Н. Смирнов. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/tpfk/1999n12/p28-32.htm>
76. Смирнов, Ю.И. Надежность в спорте: исходные понятия и основные показатели [Электронный ресурс] / Ю.И. Смирнов, И.И. Зулаев. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1996N4/p26,39-43.htm>
77. Сивицкий, В.Г. Условия эффективности психологического сопровождения спортсменов [Электронный ресурс] / В.Г. Сивицкий. – Режим доступа: <http://www.niito.ru/psy/15%208%20spsy>
78. Сивицкий, В.Г. Система психологического сопровождения спортивной деятельности [Электронный ресурс] / В.Г. Сивицкий. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2006n6/p40-43.htm>
79. Сопов, В.Ф. Элементы психологической подготовки спортсмена высокого класса [Электронный ресурс] / В.Ф. Сопов // Теория и методика психологической подготовки в современном спорте. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/614a4141-96ab-414e-8145-fad6b7005579/>
80. Сопов, В.Ф. Условия психологической подготовки спортсмена к максимальному спортивному результату [Электронный ресурс] / В.Ф. Сопов // Теория и методика психологической подготовки в современном спорте. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/e94fb41d-fa50-4f14-8230-5fac95853c7c/>
81. Сысоев, Ю.В. Направленность и пути формирования мотивов спортивной деятельности в коллективах сборных команд России [Электронный ресурс] / Ю.В. Сысоев. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2000n3/p2-8.htm>
82. Сыпачевский, А. Стили деятельности, индивидуальный стиль и подготовка спортсменов в настольном теннисе [Электронный ресурс] / А.Сыпачевский. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/books/xxpi/2002n8/p61-68.htm>
83. Таймазов, В.А. Английский бокс: смысловая структура среднестанционного боя / В.А. Таймазов // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 339-346.
84. Толочек, В.А. Структура и форма индивидуального стиля деятельности в спорте [Электронный ресурс] / В.А. Толочек. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/issues/1984/845/845137.htm>
85. Толочек, В.А. Индивидуальный стиль деятельности – устойчивость и изменчивость [Электронный ресурс] / В.А. Толочек. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/issues/1987/874/874100.htm>
86. Тимакова, Т. Критерии спортивной пригодности в многолетней подготовке спортсменов (циклические виды спорта) [Электронный ресурс] / Т. Тимакова. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=494>
87. Федорова, О.В. Изучение типологических особенностей спортсменов разной специализации / О.В. Федорова, Е.Н. Фомина, А.А. Козак // Физическое воспитание студентов. – 2010. – Вып. 2. – С. 116-118.
88. Харченко, В.С. Профессиональный спорт - профессия или возможности [Электронный ресурс] / В.С. Харченко. – Режим доступа: <http://do.teleclinica.ru/375132/>

89. Черникова, О.В. Эмоциональные состояния в спорте / О.В. Черникова // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / сост. и общ. ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 73-78.
90. Шихвердиев, С.Н. Задачи психологического сопровождения спортсменов, завершающих спортивную карьеру и эффекты его реализации [Электронный ресурс] / С.Н. Шихвердиев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. Показать все документы источника, 6 от 11/7/2010, с. 113-116. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/297ab1b8-58d7-47e7-b4e3-1599814c81d8/>
91. Яковлев, Б.П. Теоретические аспекты исследования психической нагрузки в спортивной деятельности [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев. – Режим доступа: <http://vlgifk.narod.ru/yakovlev.htm>
92. Яковлев, Б.П. Психическая нагрузка: практические аспекты ее исследования в условиях спортивной деятельности [Электронный ресурс] / Б.П. Яковлев. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2000N5/p25-26,39-41.htm>

### **Перечень тем и направлений диагностических исследований**

- Тема 1. Методы исследования психомоторики спортсменов.
- Тема 2. Методы исследования интеллектуальных свойств спортсменов.
- Тема 3. Методы исследования спортсменов.
- Тема 4. Методы исследования личности тренеров.
- Тема 5. Методы исследования темперамента спортсменов.
- Тема 6. Методы исследования психических состояний спортсменов в деятельности.
- Тема 7. Методы исследования мотивации спортивной деятельности.
- Тема 8. Методы исследования психологических аспектов общения тренера со спортсменами.
- Тема 9. Методы исследования межличностных отношений в спортивной команде.
- Тема 10. Методы исследования командной сплоченности.
- Тема 11. Методы исследования проблемы лидерства в спортивной команде.
- Тема 12. Методы исследования влияния соревновательной деятельности на личность спортсменов.
- Тема 13. Методы исследования агрессивности спортсменов.
- Тема 14. Методы исследования тревожности спортсменов.

### **Перечень научных проблем спортивной психологии для анализа**

1. Психологические аспекты адаптации спортсменов к условиям соревнований.
2. Психологические аспекты воздействия спортсмена на противника.
3. Особенности развития волевых качеств спортсменов в деятельности.
4. Психологическая готовность спортсменов к соревновательной деятельности.
5. Психологическая устойчивость спортсмена.
6. Психическая надежность спортсмена.
7. Женские и мужские гендерные роли в спорте.
8. Психологические особенности периода завершения спортивной карьеры.
9. Влияние спортивной деятельности на развитие личности спортсмена.
10. Формирование индивидуального стиля деятельности спортсмена.
11. Психологические причины возникновения и развития конфликтов в спорте.
12. Кризисы спортивной карьеры.

13. Психологические аспекты феномена лидерства в спорте.
14. Мотивация спортивной деятельности.
15. Психологическое напряжение и перенапряжение в спорте.
16. Методы и средства формирования групповой сплоченности спортсменов.
17. Психологические критерии отбора в спорте.
18. Психологическое сопровождение в спорте.
19. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
20. Формирование приемов саморегуляции спортсмена.
21. Психологические аспекты совладающего поведения спортсмена.
22. Социализация личности в спорте.
23. Психологические методы и средства развития тактического мышления спортсмена.
24. Психологические аспекты целеполагания в спорте.

### **Тематика рефератов**

1. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.
2. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность спортсмена в деятельности.
3. Особенности тактического мышления спортсмена.
4. Психологические особенности личности тренера.
5. Факторы, влияющие на формирование личности спортсмена.
6. Социально-психологические особенности спортивной группы.
7. Лидерство в спортивной группе.
8. Социально-психологический климат в спортивной группе.
9. Психологические основы диагностики в спорте.
10. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований.
11. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
12. Методы изучения структурных компонентов личности спортсменов.
13. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений.
14. Психологические основы общения в спорте.
15. Особенности социализации личности в спорте.
16. Особенности проявления агрессии спортсмена в соревновательной деятельности.
17. Самооценка как фактор, влияющий на результативность спортсмена.
18. Влияние социальной фасилитации на результативность в спорте.
19. Социальное подкрепление как фактор, влияющий на двигательное поведение спортсмена.
20. Мотив как средство стимуляции спортсмена.
21. Тревожность и результативность спортсмена в спорте.
22. Влияние зрителей на выполнение двигательных задач спортсменом.
23. Уровень притязаний и потребности достижений в группе спортсменов.
24. Волевые усилия спортсменов в спорте.
25. Психодиагностика групповой сплоченности в спортивных командах.
26. Особенности проявления темперамента личности в спорте.
27. Причины возникновения конфликтов в спортивных коллективах.
28. Межнациональная толерантность в спорте.
29. Психологические особенности юношеского спорта.
30. Физическое напряжение и психическое здоровье спортсмена.

31. Влияние социально-психологических факторов на деятельность спортивной группы.
32. Классификация методов и техник психического воздействия на спортсмена.
33. Теория и практика психологического консультирования спортсмена.
34. Преодоление соревновательного стресса.

#### **Темы мастер-классов**

1. Формулирование целей спортивной деятельности как предиктор достижения результатов спортсменом.
2. Механизмы возникновения и развития психических состояний спортсменов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности: утомления, напряженности, состояния тревожного ожидания, состояния страха, фрустрации, монотонии.
3. Методы изучения предсоревновательных, соревновательных и постсоревновательных состояний спортсменов.
4. Идеомоторная тренировка как форма регуляции двигательных действий спортсмена.
5. Средства психологической защиты спортсменов.
6. Регуляция предсоревновательного поведения спортсмена.
7. Методы избавления спортсменов от страхов и фобий.
8. Методы избавления спортсменов от неприятных ощущений и навязчивых состояний.
9. Методы избавления спортсменов от стрессов и неприятных воспоминаний.
10. Принципы построения межличностных отношений спортсменов в условиях учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.