

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 30.10.2023 14:50:48  
Уникальный программный ключ:  
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*  
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

**Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)**

дисциплина ***Б1.О.19 Психологические основы адаптивной физической культуры***

обязательная часть

Направление

***49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)***

код наименование направления

Программа

***Физическая реабилитация***

Форма обучения

***Заочная***

Для поступивших на обучение в  
***2023 г.***

Стерлитамак 2023

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций**

<b>Формируемая компетенция (с указанием кода)</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>
<p>ПК-5. Способен составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств</p>	<p>ПК-5.1. Знает психологические основы формирования необходимых компенсаторных физических качеств</p>	<p>Обучающийся должен: Знать психологические основы формирования необходимых компенсаторных физических качеств</p>
	<p>ПК-5.2. Умеет составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития с учётом психологических особенностей</p>	<p>Обучающийся должен: Уметь составлять и применять на практике комплексы упражнений, использовать технические средства и методические приемы для развития с учётом психологических особенностей</p>
	<p>ПК-5.3. Владеет навыками применения на практике комплексов упражнений, технических средств и методических приемов для с учётом психологических особенностей развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств</p>	<p>Обучающийся должен: Владеть навыками применения на практике комплексов упражнений, технических средств и методических приемов для с учётом психологических особенностей развития у участников реабилитационного процесса необходимых компенсаторных физических качеств</p>
<p>ПК-1. Способен обеспечивать эффективность процесса физической реабилитации занимающихся различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной (восстановительной) деятельности, направленных на восстановление после травм и заболеваний функциональных систем организма человека</p>	<p>ПК-1.1. Знает психологические критерии оценки эффективности процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп</p>	<p>Обучающийся должен: Знать психологические критерии оценки эффективности процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп</p>
	<p>ПК-1.2. Оценивает эффективность процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп по психологическим критериям</p>	<p>Обучающийся должен: уметь оценивать эффективность процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп по психологическим критериям</p>

	<p>ПК-1.3. Обеспечивает эффективность процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп в части его психологических аспектов Владеть навыками обеспечения эффективности процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп в части его психологических аспектов</p>	<p>Обучающийся должен: Владеть навыками обеспечения эффективности процесса физической реабилитации лиц различных нозологических, возрастных и гендерных групп в части его психологических аспектов</p>
<p>ОПК-13. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся</p>	<p>ОПК-13.1. Оценивает анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста и нозологических заболеваний.</p>	<p>Обучающийся должен: Знать основные психологические категорий и общие закономерности психической деятельности человека - сущность и структуру психических процессов; - основные подходы к психологическому анализу личности занимающихся. Уметь определять закономерности функционирования психических познавательных эмоциональных и волевых процессов, содержание психических свойств личности.</p>
	<p>ОПК-13.2. Осуществляет мониторинг анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола, возраста и нозологических заболеваний в процессе занятий физической культуры и спортом.</p>	<p>Обучающийся должен: Уметь: учитывать психологические особенности занимающихся различного пола и возраста, в процессе занятий физической культуры и спортом. Владеть навыками анализа особенностей личности занимающихся, проявляющихся в процессе занятий физической культуры и спортом.</p>

	<p>ОПК-13.3. Планирует содержание занятий, опираясь на результаты оценки анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола, возраста и нозологических заболеваний и корректирует его по результатам мониторинга.</p>	<p>Обучающийся должен: Владеть навыками планирования содержания занятий опираясь на результаты оценки психологических особенностей занимающихся различного пола, возраста и нозологических заболеваний.</p>
<p>ОПК-7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций</p>	<p>ОПК-7.1. Учитывает закономерности и факторы развития психических качеств в норме и в условиях частных патологий лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	<p>Обучающийся должен: знать возрастную динамику симптомов и синдромов психических заболеваний; особенности нарушений психических процессов сознания, речи; особенности психических расстройств при черепно-мозговых травмах и нейроинфекции; различных соматических и сосудистых заболеваниях, алкоголизме и наркомании, неврозах и реактивных психозах; эпилепсии и шизофрении.</p>
	<p>ОПК-7.2. Определяет кризисы развития психических функций в норме и в условиях частных патологий лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>	<p>Обучающийся должен: уметь определять кризисы развития психических функций в норме и в условиях частных патологий лиц с отклонениями в состоянии здоровья.</p>
	<p>ОПК-7.3. Ориентируется на сенситивные периоды развития психических функций в процессе планирования и проведения занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</p>	<p>Обучающийся должен: знать сенситивные периоды развития психических функций лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Уметь распознавать психические расстройства, используя при этом адекватные коррекционно-педагогические воздействия при индивидуальном подходе в обучении, воспитании и реабилитации</p>

		детей и взрослых с психической патологией.
ОПК-4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	ОПК-4.1. Знает показатели психических состояний	Обучающийся должен: - знать критерии оценки основных показателей психических состояний занимающихся; - методы оценки основных показателей психических состояний занимающихся.
	ОПК-4.2. оценивает и контролирует показатели психических состояний занимающихся с учётом нозологических форм заболеваний	Обучающийся должен: уметь оценивать и контролировать показатели психических состояний занимающихся с учётом нозологических форм заболеваний
	ОПК-4.3. Осуществляет контроль с использованием методов измерения и оценки психических состояний занимающихся с учётом нозологических форм заболеваний	Обучающийся должен: владеть навыками контроля с использованием методов измерения и оценки психических состояний занимающихся с учётом нозологических форм заболеваний
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Анализирует информацию в рамках системного подхода решения профессиональных задач	Обучающийся должен: знать принципы системного подхода в решении профессиональных задач
	УК-1.2. Осуществляет поиск, критический анализ и синтез информации	Обучающийся должен: уметь осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации для решения профессиональных задач
	УК-1.3. Применяет системный подход для решения профессиональных задач	Обучающийся должен: владеть навыками применения системного подхода для решения профессиональных задач

## 2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Цели изучения дисциплины:

Дисциплина «Психологические основы адаптивной физической культуры» относится к обязательной части.

Цели изучения дисциплины:

1. Формирование у обучающихся научных представлений о процессе психического развития, его движущих силах и закономерностях, об особенностях психики человека.
2. Формирование у обучающихся базовых научных психологических понятий,

необходимые для усвоения ряда специальных психолого-педагогических дисциплин.

3. Формирование умений применять полученные знания для решения задач профессиональной деятельности в области психологии.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1, 2 семестрах

**3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 216 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	216
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	6
практических (семинарских)	10
другие формы контактной работы (ФКР)	1,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	7,8
экзамен	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	191

Формы контроля	Семестры
экзамен	2

**4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				СР
		Контактная работа с преподавателем				
		Лек	Пр/Сем	Лаб		
<b>1</b>	<b>Введение в психологию.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>92</b>	
1.1	Психология как система научных знаний. Место психологии в системе наук.	2	0	0	21	
1.2	Понятие о психике, ее функции и основные формы проявления. Развитие психики и сознания в филогенезе.	0	2	0	24	
1.3	Проблема личности в психологии.	2	0	0	23	
1.4	Деятельность. Психологическая теория деятельности.	0	2	0	24	

<b>2</b>	<b>Психические познавательные процессы.</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>99</b>
2.1	Психология познавательных процессов. Ощущение и восприятие. Память.	2	2	0	25
2.2	Мышление и воображение. Внимание и речь.	0	2	0	22
2.3	Психические состояния и их регуляция. Эмоции и чувства. Воля.	0	1	0	23
2.4	Темперамент. Характер. Способности.	0	1	0	29
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>191</b>

#### 4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
<b>1</b>	<b>Введение в психологию.</b>	
1.1	Психология как система научных знаний. Место психологии в системе наук.	<p>Психология как наука. Значение и происхождение слова «психология». Суть и особенности практической психологии.</p> <p>Житейская и научная психология о человеке.</p> <p>Предмет и объект психологии. Полипредметность психологии.</p> <p>Место психологии в системе наук.</p> <p>Взаимосвязь психологии с другими науками. Психология и философия. Психология и социология. Психология и история. Психология и педагогика.</p> <p>Структура современной психологии.</p> <p>Фундаментальные (базовые) и прикладные отрасли психологии.</p> <p>Общая психология как фундаментальная наука и ее задачи, предмет, общепсихологические категории.</p>
1.3	Проблема личности в психологии.	<p>Понятия человек, индивид, индивидуальность, субъект и личность. Личность как субъект общественно-исторического и онтогенетического развития.</p> <p>Основные психологические теории личности.</p> <p>Проблема структуры личности в психологии.</p> <p>Проблема направленности личности.</p> <p>Проблема индивидуально-психологических различий.</p> <p>Проблема типологии личности.</p> <p>Самооценка, уровень притязаний, их характеристика, виды и взаимосвязь. Самосознание личности и ее жизненный путь.</p>
<b>2</b>	<b>Психические познавательные процессы.</b>	
2.1	Психология познавательных процессов. Ощущение и восприятие. Память.	<p>Физиологические механизмы ощущений. Чувственное и рациональное познание мира. Понятие об ощущении.</p> <p>Рефлекторная природа ощущений. Рецепторы и анализаторы. Отбор информации в ощущениях.</p>

	<p>Классификация ощущений. Виды ощущений. Общие свойства ощущений. Чувствительность и ее измерение. Адаптация. Взаимодействие ощущений. Сенсбилизация. Синестезия. Совершенствование ощущений в результате упражнений. Компенсаторные возможности в области ощущений.</p> <p>Понятие о восприятии. Предметность, целостность, константность, осмысленность восприятия.</p> <p>Направленность личности и восприятие, апперцепция. Классификация восприятия. Виды восприятий. Роль моторных компонентов в восприятии. Восприятие пространства и времени. Зрительные иллюзии.</p>
--	--

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
<b>1</b>	<b>Введение в психологию.</b>	
1.2	Понятие о психике, ее функции и основные формы проявления. Развитие психики и сознания в филогенезе.	<p>Понятие о психике. Различное понимание психики. Функции психики. Различные подходы к пониманию возникновения психики.</p> <p>Понятие об отражении. Виды отражения. Особенности психического отражения.</p> <p>Основные формы проявления психики.</p> <p>Физиологические основы психики.</p> <p>Функциональная асимметрия головного мозга.</p> <p>Исследование доминирования левого и правого полушарий.</p> <p>Стадии и уровни развития психики и поведения животных. Стадии элементарной сенсорной психики.</p> <p>Стадии перцептивной психики. Инстинктивные формы поведения животных.</p> <p>Формы поведения, приобретаемые в индивидуальном опыте животных (навыки или условные рефлексy).</p> <p>Интеллектуальное поведение животных.</p> <p>Сознание как высшая форма отражения.</p> <p>Возникновение и развитие сознания человека.</p>
1.4	Деятельность. Психологическая теория деятельности.	<p>Понятие о деятельности в психологии. Деятельность как детерминанта развития личности и сфера реализации личности. Деятельность и психика.</p> <p>Сознание и деятельность.</p> <p>Структура деятельности. Потребности и мотивы в структуре личности и в структуре ее деятельности.</p> <p>Управление действием. Акцептор действия.</p> <p>Деятельностный подход и общепсихологическая теория деятельности.</p> <p>Виды деятельности. Игра как деятельность.</p> <p>Учебная и трудовая деятельность.</p> <p>Общение и деятельность.</p>
<b>2</b>	<b>Психические познавательные процессы.</b>	

2.1	Психология познавательных процессов. Ощущение и восприятие. Память.	<p>Физиологические механизмы ощущений. Чувственное и рациональное познание мира. Понятие об ощущении. Рефлекторная природа ощущений. Рецепторы и анализаторы. Отбор информации в ощущениях. Классификация ощущений. Виды ощущений. Общие свойства ощущений. Чувствительность и ее измерение. Адаптация. Взаимодействие ощущений.</p> <p>Сенсбилизация. Синестезия. Совершенствование ощущений в результате упражнений. Компенсаторные возможности в области ощущений.</p> <p>Понятие о восприятии. Предметность, целостность, константность, осмысленность восприятия.</p> <p>Направленность личности и восприятие, апперцепция. Классификация восприятия. Виды восприятий. Роль моторных компонентов в восприятии. Восприятие пространства и времени. Зрительные иллюзии.</p>
2.2	Мышление и воображение. Внимание и речь.	<p>Определение и сущность мышления. Сравнительная характеристика чувственного и рационального познания. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Мышление и чувственное познание. Уровни и формы мышления. Понятие. Суждение. Умозаключение. Мыслительные операции. Анализ и синтез в процессах мышления. Классификация. Абстрагирование. Вероятностная структура мыслительной деятельности. Качественные характеристики мыслительной деятельности.</p> <p>Понятие о внимании. Структура внимания. Устойчивость внимания. Переключение внимания. Распределение внимания. Объем внимания. Концентрация внимания. Колебания внимания. Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Физиологические механизмы внимания. Учение о доминанте А.А.Ухтомского. Обусловленность процессов внимания. Внимание и продуктивность деятельности.</p>
2.3	Психические состояния и их регуляция. Эмоции и чувства. Воля.	<p>Понятие об эмоциях и чувствах и их общая характеристика. Значение и функции эмоций. Теории эмоции. Физиологические основы эмоции. Основные эмоциональные состояния и их характеристика (аффект, настроение, страсть).</p> <p>Понятие о фрустрации и стрессе в психологии и их характеристика. Первая помощь в стрессовой ситуации.</p> <p>Классификация чувств и их характеристика. Управление эмоциональной сферой личности. Понятие о воле и волевых действиях человека. Проблема воли в психологии. Теории воли. Психологическая структура волевого действия. Волевые качества личности. Физиологические основы воли. Нарушение воли.</p>
2.4	Темперамент. Характер. Способности.	<p>Понятие о темпераменте. Теории темперамента. Типы темпераментов и их психологическая характеристика.</p>

		<p>Физиологические основы темперамента. Тип высшей нервной деятельности и темперамент. Проблемы изменчивости темперамента. Роль наследственного фактора в происхождении свойств темперамента. Роль темперамента в трудовой и учебной деятельности человека. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.</p> <p>Понятие о характере. Характер и индивидуальность человека. Структура характера. Черты характера и закономерная зависимость между ними. Признаки характера. Проблема биологических основ характера. Проблема типологии характера. Социально-историческая обусловленность формирования черт характера. Черты характера и отношения личности.</p> <p>Характер как программа типичного поведения человека в типичных обстоятельствах. Акцентуация черт характера. Природа и проявления характера.</p> <p>Характер и темперамент. Природные и социальные предпосылки характера. Формирование характера.</p> <p>Характер как результат воспитания.</p> <p>Понятие о способностях. Способности и их происхождение. Проблема способностей в истории психологии. Задатки. Структура способностей. Виды способностей. Проблема измерения способностей.</p> <p>Механизмы формирования и развития способностей.</p>
--	--	---