



**МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА № 4»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ МО «УОР №4»

Т.Г.Подорожная

2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ**

*основной профессиональной образовательной программы
по специальности*

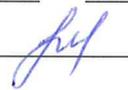
49.02.01 Физическая культура

*для студентов 2 - 3 курсов очной формы обучения
(на базе основного общего образования)*

го Чехов, 2024

Рабочая программа учебного предмета «ОП.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ» разработана на базе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 11.11.2022 № 968 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура», Учебного плана ГБПОУ МО «УОР №4» на 2024/2025 учебный год.

Организация-разработчик – ГБПОУ МО «УОР №4»
Разработчик – Цветкова М.А. – преподаватель высшей категории

Рассмотрено на заседании
ПЦК общепрофессиональных,
социально-гуманитарных и
естественно-научных дисциплин
протокол № 5 от 8.04 2024 г.
Председатель  М.А. Цветкова

Согласовано на заседании
Педагогического совета
Протокол № 6
от «10» 04 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ	11

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «ОП.02 Основы психологии» разработана на основании требований ФГОС СПО, утвержденного приказом Минпросвещения России от 11.11.2022 № 968, к реализации основной профессиональной образовательной программы по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Учебный предмет «ОП.02 Основы психологии» из цикла дисциплин профессиональной подготовки включен в программу 2 – 3 курсов обучения.

Учебная дисциплина «ОП.02 Основы психологии» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 09 ПК 2.4 ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4	– применять знания психологии при решении педагогических задач; – выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	– предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – эмоционально-волевые процессы; – индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность; – структура личности; формирование личности

2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем (час.)
Объем образовательной программы	104
Самостоятельная работа	4
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем,	94
в том числе:	
лекции, уроки	44
практические занятия	50
лабораторные занятия	-
Формат промежуточной аттестации (экзамен)	6

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.02 Основы психологии

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в психологию		16/2	
Тема 1.1. Предмет и задачи психологии	Содержание	2 /-	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	1. Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии. 2. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой	2	
Тема 1.2. Методы изучения психики	Содержание	2 /-	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 2.3 ПК 2.4
	1. Понятие о методе научного познания в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи. 2. Основные методы психологических исследований. Классификация Б.Г. Ананьева.	2	
Тема 1.3. Психика и ее развитие	Содержание	2 /-	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.3 ПК 3.4
	1. Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. Гипотеза А. Н. Леонтьева о чувствительности. Эволюция психики. Основные стадии развития психики животных. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект. 2. Физиологические основы психики человека	2	
	Содержание	4 /-	

Тема 1.4. Сознание человека	1. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания.	4	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	2. Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у человека. Сравнение психики человека и животных.		
	3. Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.		
Тема 1.5. Деятельность	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4
	Основные понятия психологической теории деятельности. Макроструктура деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 1. Решение психологических задач по теме «Деятельность»		
Раздел 2. Познавательные психические процессы		42/26	
Тема 2.1. Ощущения	Содержание	5/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.3
	1. Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений	2	
	2. Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст ощущений, сенсбилизация, синестезия).		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 2. Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений	2	
	Практическое занятие 3. Решение психологических задач по теме «Ощущения»	1	
Тема 2.2. Восприятие	Содержание	5/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	1. Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии.	2	
	2. Классификация видов восприятия.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	3	
	Практическое занятие 4. Иллюзии зрительного восприятия	2	

	Практическое занятие 5. Решение психологических задач по теме «Восприятие»	1	
Тема 2.3. Внимание	Содержание	6/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.3 ПК 3.4
	1. Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды.	4	
	2. Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Развитие внимания.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 6. Изучение свойств внимания по результатам диагностического исследования.	1	
	Практическое занятие 7. Решение психологических задач по теме «Внимание»	1	
Тема 2.4. Память	Содержание	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	1. Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 8. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника.	2	
	Практическое занятие 9. Решение психологических задач по теме «Память»	2	
Тема 2.5. Воображение	Содержание	8/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.6
	Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения.	2	
	Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 10. Решение психологических задач по теме «Воображение»	4	
Тема 2.6. Мышление	Содержание	10/6	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.3 ПК 3.4
	1. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды мышления. Предметно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление.	4	
	2. Операции мышления. Процесс решения мыслительных задач. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение.		

	3. Развитие мышления		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие 11. Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.	2	
	Практическое занятие 12. Решение психологических задач по теме «Мышление»	4	
Тема 2.7. Речь	Содержание	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 2.3 ПК 3.5
	1. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл.	2	
	2. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь. Развитие речи.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие 13. Решение психологических задач по теме «Речь»	2	
Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности		36/22	
Тема 3.1. Человек как субъект, личность и индивидуальность	Содержание	8/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4
	1. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Понятие о человеке как субъекте и личности. Структура личности. Самосознание личности. Я-концепция. Механизмы психологической защиты.	4	
	2. Направленность личности, формы ее проявления.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 14. Решение психологических задач по теме «Личность»	4	
Тема 3.2. Эмоционально-волевая сфера личности	Содержание	10/6	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4
	1. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства. Развитие эмоций.	4	
	2. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека и их развитие.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	6	
	Практическое занятие 15. Психологические состояния и их регуляция.	2	
	Практическое занятие 16. Исследование волевых качеств личности.	2	
	Практическое занятие 17. Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»	2	

Тема 3.3. Темперамент	Содержание	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	1. Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента.	2	
	2. Типологии темперамента.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 18. Исследование типов темперамента.	2	
	Практическое занятие 19. Решение психологических задач по теме «Темперамент»	2	
Тема 3.4. Характер	Содержание	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09
	1. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера.	2	
	2. Типологии характера. Формирование характера.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 20. Исследование типа характера на основе самодиагностики.	2	
	Практическое занятие 21. Решение психологических задач по теме «Характер».	2	
Тема 3.5. Способности	Содержание	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.3 ПК 3.4
	1. Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное.	2	
	2. Виды способностей. Развитие способностей.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие 22. Исследование творческих способностей.	2	
	Практическое занятие 23. Решение психологических задач по теме «Способности»	2	
Обязательная		94/50	
Самостоятельная работа	1. Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии. 2. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой 3. Познавательные психические процессы 4. Личность. Индивидуальные особенности личности	4	ОК 01, ОК 02, ОК 09 ПК 3.1 – ПК 3.4
Промежуточная аттестация (экзамен)		6	
Всего:		104	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Технические средства обучения:

- ПК LG IPS LED 22 MP 55

- телевизор цветного изображения жидкокристаллический HYUNDAI H-LED55U601BS2S

Оборудование учебного кабинета 315:

- посадочные места по количеству обучающихся;

- рабочее место преподавателя;

- доска школьная

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Бороздина, Г. В. Основы педагогики и психологии : учебник для среднего профессионального образования / Г. В. Бороздина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 477 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-6288-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490180> (дата обращения: 12.08.2022).

2. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т.: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 302 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10265-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517648> (дата обращения: 21.12.2022).

3. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490034> (дата обращения: 12.08.2022).

4. Рамендик, Д.М. Общая психология: учебник для среднего профессионального образования / Д. М. Рамендик. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 179 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16759-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт - <https://urait.ru/viewer/obschaya-psihologiya-538092#page/1>

Дополнительные источники:

1. Психология физической культуры и спорта 2-е изд., пер. и доп. Учебник и практикум для СПО <https://urait.ru/author-course/psihologiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta-538223>

2. Бухарова, И. С. Психология. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования [Текст] / И.С. Бухарова, М.В. Бывшева, Е.А. Царегородцева. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 208 с.

3. Васильева, Н. Н. Психология: учеб. пособие для СПО [Текст] / С. В. Феоктистова, Т. Ю. Маринова, Н. Н. Васильева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 234 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения <i>(перечень знаний и умений, осваиваемых в рамках дисциплины)</i>	Формы и методы контроля результатов обучения
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять знания общей психологии при решении психологических задач; – выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности 	<ul style="list-style-type: none"> – оценка результатов выполнения практической работы; – экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
<p><i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; – самосознание, Я-концепция; направленность личности; – эмоции, чувства, воля, темперамент; – индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности. 	<ul style="list-style-type: none"> – анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач; – анализ и оценка презентации по выбранной теме

3. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

Дата внесения изменения	№ изменения	№ страницы с изменением