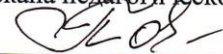


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ОСНОВ МЕДИЦИНСКИХ
ЗНАНИЙ

УТВЕРЖДАЮ

И. о. декана педагогического факультета

 О. В. Пастюк

"05" сентября 2017 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Б1.В.ОД.18 Психология физической культуры и спорта

Автор: Пастюк Ольга Владимировна, к.п.н., доцент, доцент кафедры ФКС и ОМЗ

 05.09.2017г

(подпись, дата)

Зав. кафедрой ФКС и ОМЗ Могучева Алевтина Витальевна, к. п. н.

 05.09.2017г

(подпись, дата)

г. Магадан, 2017 г.

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| № | Модули, разделы (темы) дисциплины | Код контролируемой компетенции | Наименование оценочного средства |
|----------|--|---------------------------------------|---|
| 1 | <p>Модули 1,2</p> <p>Общие вопросы психологии физической культуры и спорта</p> <p>Психология физического воспитания в школе</p> | <p>ОК-8; ОПК-2</p> <p>ПК-10</p> | <p>Посещаемость лекций и практических занятий (за все занятия)</p> <p>Активность на занятиях (на всех практических занятиях)</p> <p>Тестирование № 1, 2, 3</p> |
| 2 | <p>Модули 3,4</p> <p>Психологические основы спортивной деятельности</p> <p>Психология личности и коллектива в спорте</p> | <p>ОК-8; ОПК-2</p> <p>ПК-10</p> | <p>Посещаемость лекций и практических занятий (за все занятия)</p> <p>Активность на занятиях (на всех практических занятиях)</p> <p>Тестирование № 4, 5</p> |
| 3 | <p>Модуль 5</p> <p>Методология психологии ФКС</p> | <p>ОК-8; ОПК-2</p> <p>ПК-10</p> | <p>Посещаемость лекций и практических занятий (за все занятия)</p> <p>Активность на занятиях (на всех практических занятиях)</p> <p>Самостоятельная работа (подготовка выступлений, докладов)</p> <p>Тестирование № 6,7</p> |

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание уровня оценивания сформированности компетенции

Средства контроля представлены двумя группами:

- рейтинг - контролем;
- тестированием.

Оценка уровня сформированности компетенций осуществляется на основании критериев модульно-рейтинговой системы и тестов в последнем семестре изучения дисциплины.

Критерии оценки теста

Тест состоит из 10 вопросов. Правильный ответ на один вопрос 1 балл. Максимальный балл теста – 10 баллов.

| Уровни сформированности компетенции | Основные признаки уровня |
|--|---------------------------------|
| Компетенции не сформированы | менее 50% |
| Пороговый уровень | 50-65% |
| Повышенный уровень | 65-85% |
| Высокий уровень | 85-100% |

Студенты получают зачет на основании модульно-рейтинговой системы, если их рейтинг составляет 50% и более.

Студенты, не получившие 50% по модульно-рейтинговой системе (не выполнившие учебный план), сдают зачет по следующим требованиям:

1) Полная ликвидация задолженностей по учебному плану: студенты готовят невыполненные ранее практические работы и тесты;

2) Сдача зачета: студенты получают список вопросов к зачету (п. 3.5). Преподаватель самостоятельно предлагает студентам выбрать по 3 вопроса из списка. Ответ готовится в устной форме, допускается краткий письменный план ответа. Время на подготовку к зачету – 45 мин (15 мин на 1 вопрос).

Критерии оценки ответа на тестовые задания:

Рейтинговая оценка «5 баллов». Даны правильные и полные ответы на 85 – 100% тестовых вопросов.

Рейтинговая оценка «4 балла». Даны правильные и полные ответы на 70 – 85% тестовых вопросов.

Рейтинговая оценка «3 балла». Даны правильные и полные ответы на 55 – 70% тестовых вопросов.

Рейтинговая оценка «2 балла». Даны правильные и полные ответы на 35 – 55% тестовых вопросов.

Рейтинговая оценка «1 балл». Даны правильные и полные ответы менее, чем на 35% тестовых вопросов.

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

А. Формы текущего контроля

3.1. Контрольные работы

Не предусмотрены.

3.2. Лабораторные и практические занятия

Первый модуль. Общие вопросы психологии физической культуры и спорта

Тема 1.1. Психологическая характеристика деятельности учащихся в процессе занятий физической культурой.

Тема 1.2 Психологические основы обучения двигательным действиям.

Второй модуль: Психология физического воспитания в школе

Тема 2.1. Активизация деятельности учащихся на уроках физической культуры.

Тема 2.2. Физическое «Я» как компонент Я - концепции человека.

Третий модуль: Психологические основы спортивной деятельности

Тема 3.1. Мотивационные основы занятий физической культурой у школьников разного возраста.

Тема 3.2. Особенности общения и межличностных отношений школьников младшего возраста на занятиях по физическому воспитанию.

Тема 3.3. Эмоциональная сфера человека и физическое воспитание.

Четвертый модуль: Психология личности и коллектива в спорте

Тема 4.1. Гендерные особенности и их учёт в процессе физического воспитания.

Тема 4.2. Познавательная сфера личности и её развитие на занятиях физической культурой.

Пятый модуль: Методология психологии ФКС

Тема 5.1: Методы психологии ФКС.

Литература:

а) основная

1. Гогун, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш.учеб. заведений / Е.Н.Гогун, Б.И. Мартянов. – М.: Академия», 2000. – 288 с.

2. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания: учебник / Е.П.Ильин. - изд. 2-е, испр. и доп. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. – 486 с.

3. Психология спорта и физического воспитания: учебник для факультетов физической культуры / под ред. профессоров Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – Сургут: Изд-во ООО «Винчера», 2016. – 577 с

4. Психология физической культуры и спорта: учебник для вузов физической культуры / под ред. профессора Г.Д. Бабушкина, профессора В.Н. Смоленцевой. – Омск: СибГУФК, 2018. – 308 с.

б) дополнительная

1. Ахмедов, Т.И. Практическая психология: внушение, гипноз, медитация: серия «Будь здоров» / Т.И.Ахмедов. – Ростов н/Д.: Феникс; Харьков: Торсинг, 2002. –448 с.

2. Бочкарева, О.А. Новые подходы в формировании групповой сплоченности в спортивных играх (на примере волейбола) // Теория и практика физической культуры. – 2008. - № 9. – С. 27-29

3. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы: учебное пособие / Е.П.Ильин. – СПб: Питер, 2008. – 512 с.

4. Ильин, Е.П. Психология спорта: учебник / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2009. - 352 с.

5. Китаева, М.В. Психология победы в спорте: учебное пособие / М.В.Китаева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 208 с.

6. Коваленко, А.В. Специфика мотивационной сферы личности в экстремальном спорте / А.В.Коваленко, Л.Г.Уляева // Теория и практика физической культуры. – 2008. - № 9. – С. 34 – 36.

7. Левицкая, Т.Е. Влияние гибкости мышления на успешность обучения школьников в условиях традиционной общеобразовательной школы // Сибирский психологический журнал. – 2003. - № 18. – С. 136 – 139.

8. Холодкова, О.Г. Стремление к самосовершенствованию как компонент психологической культуры младшего школьника // Сибирский психологический журнал. – 2004. - № 19. – С. 85 – 87.

9. Юров, И.А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте: научно – популярное издание / И.А.Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

3.3. Образцы тестов

1 вариант.

1. Наука о закономерностях возникновения, развития и проявления психики и сознания человека – это
2. Удалите из перечня лишние особенности личности спортсмена:

- высокая эмоциональная устойчивость
- уверенность в себе
- агрессивность
- независимость, самостоятельность
- абсолютизм
- склонность к риску
- декаденство
- самоконтроль
- общительность.

3. Удалите из текста лишние слова.

Идеальный тренер – это открытый, доброжелательный, общительный и эмоционально-устойчивый человек, способный управлять современным спортсменом и контролировать неожиданную соревновательную ситуацию. Это человек с довольно высоким уровнем интеллекта, очень практичный и уверенный в себе и своих силах.

4. Развитие психологии на основе учения З.Фрейда, т.е. объяснение психических явлений через бессознательное, основа которого конфликт между сознательным и бессознательным – это _____

5. Способствовать развитию физических и психических качеств школьников, формируя у них не только двигательные умения и навыки, но и личность – это _____

6. Акмеология – это _____

7. Степень удовлетворенности основных социальных потребностей членов спортивного коллектива – это _____

8. Перечислите преимущества доминирующего поведения тренера: _____

9. Удалите из текста лишние слова.

Цель современного бихевиоризма – включает в себя превращение психологии в область знания, управляющую и предсказывающую поведение человека.

10. Процесс контактирования, который имеет своей целью намеренное влияние на поведение, состояние, установки, уровень активности и деятельности непосредственного партнера – это _____

2 вариант.

1. Одним из способов повышения активности учащихся на уроке является способ правильной постановки задач учителем на уроке, объясните своими словами его значение.

2. _____ создают _____ основу целенаправленного поведения, способов _____ фрустрации при достижении _____ цели спортивной _____.

3. Способствовать развитию физических и психических качеств школьников, формируя у них не только двигательные умения и навыки, но и личность – это _____

4. Что составляет основу пирамиды потребностей психолога А.Маслоу? _____

5. Удалите из текста лишние слова. Дидактические спортивные способности человека – это способности индивида передавать учебный материал в рамках занятий физкультурой, делая его доступным и понятным для учащихся класса.

6. Возраст, который является благоприятным для занятий плаванием. Аргументируйте свой ответ

7. Способности – это _____

8. Перечислите составляющие классификации спортивной деятельности: _____

9. Вставьте в текст пропущенные слова. Согласно _____ теории _____, появление у человека новых _____ обусловлено образованием и _____ соответствующих _____ (ассоциаций).

10. Закончите фразу. Структура мотивации достижения спортсменов носит индивидуальный характер _____

3 вариант.

1. Начертите структуру деятельности

- 2.. Опишите своими словами либеральный стиль деятельности учителя физкультуры_____
3. Как вы считаете, нужен ли психолог в спорте. Аргументируйте свой ответ_____
4. *Вставьте в предложение пропущенные слова.* Роль спортивной _____ в формировании _____ заключается в том, что она образует те своеобразные _____ основы, в которых выражается характер человека, его _____ особенности и воля.
5. *Напишите, как вы понимаете такой термин, как «АКМЕОЛОГИЯ»*_____
6. *Перечислите критерии, по которым можно определить эффективность общения спортсмена и тренера*_____
7. *Перечислите стили общения в спорте*_____
8. *Перечислите способы повышения активности учащихся на уроке физкультуры*_____
9. *Вставьте в текст пропущенные слова.* Внимание – это _____ и сосредоточенность сознания на чем-либо: предмете, явлении, мысли. _____ внимания осуществляется _____ и произвольно.
10. *К какому понятию относятся перечисленные этапы:* 1) начальной подготовки; 2) предварительной базовой подготовки; 3) специализированной базовой подготовки; 4) максимальной реализации индивидуальных возможностей; 5) сохранения достижений

3.4. Другие виды оценочных средств

Не предусмотрены.

Б. Формы промежуточного контроля

3.5. Вопросы к зачету (к экзамену) по дисциплине «Психология физической культуры и спорта»

1. Личность спортсмена и её формирование в процессе занятий спортом.
2. Мотивационная сфера личности спортсмена.
3. Эмоциональная сфера личности спортсмена.
4. Волевая сфера личности спортсмена.
5. Психомоторная сфера личности спортсмена.
6. Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности.
7. Психологическая характеристика видов спорта.
8. Психологические основы эффективности тренировочного процесса.
9. Процесс воспитания и самовоспитания в системе психологической подготовки.
10. Психология деятельности спортивных судей.
11. Психология спортивного коллектива.
12. Психология общения в спорте.
13. Лидерство и его влияние на успешность деятельности спортивной команды.
14. Психологический климат, сплоченность команды и успешность спортивной деятельности.
15. Психология спортивной карьеры.
16. Болельщики как социально-психологическое явление.
17. Познавательная сфера личности и её развитие на занятиях физической культурой.
18. Процесс воспитания и самовоспитания в процессе психологической подготовки.
19. Психические состояния супер качеств чемпиона.

20. Стресс. Влияние на здоровье человека.
21. Влияние физических упражнений на здоровье человека.
22. Психологические факторы, влияющие на здоровье человека.
23. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.
24. Психологические основы обучения и спортивного совершенствования.
25. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.
 1. Психологические особенности мальчиков и девочек.
 2. Сохранение и развитие здоровья в онтогенезе (в процессе развития человека). Здоровье как социальная ценность.
 3. Психический компонент здоровья. Признаки психического здоровья человека.
 4. Стресс и здоровье человека. Общий адаптационный синдром: современные представления. Пути профилактики стресса в современных условиях.
 5. Характеристика психотипов человека.
 6. Особенности эмоциональных состояний и управление ими на занятиях физической культурой.
 7. Сенсорные и перцептивные процессы: диагностика и развитие средствами физического воспитания.
 8. Интеллектуальные процессы: диагностика и развитие средствами физического воспитания.
 9. Двигательная активность и здоровье человека.
 10. Роль психомоторики в процессах познания, общения и диагностики психологических особенностей.
 11. Двигательная активность как средство повышения интеллектуальной активности и регуляции состояния человека.
 12. Потребности в психической организации человека.
 13. Мотивы в структуре личности.
 14. Диагностика потребностно-мотивационной сферы личности.
 15. Проблемы формирования потребности в систематических самостоятельных занятиях ФК.
 16. Условия формирования потребности в систематических самостоятельных занятиях ФК.
 17. Виды действий в деятельности человека.
 18. Стадии и закономерности формирования двигательных навыков.
 19. Психологические аспекты проявления физических качеств.
 20. Возрастные изменения физических качеств.
 21. Сенситивные периоды развития физических качеств и их учёт в физическом воспитании и спорте.
 22. Особенности использования терминов «формирование», «воспитание», «развитие» физических качеств.
 23. Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности.
 24. Способности и типологические особенности свойств нервной системы.
 25. Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности.
 26. Общее понятие о психическом состоянии в напряжённой профессиональной деятельности.
 27. Неблагоприятные психические состояния спортсменов: общее понятие, характеристика, классификация.
 28. Параметры психических состояний в спорте, причины возникновения неблагоприятных психических состояний в спорте, предотвращение этих состояний.
 29. Классификация методов психорегуляции.
 30. Методы гетерорегуляции: вербальные, невербальные.
 31. Индивидуализация обучения спортивным действиям.

32. Психологическая структура двигательных навыков в спорте.
33. Психологические особенности технической подготовки.
34. Особенности протекания психических процессов и функций.
35. Формирование и совершенствование спортивных навыков.
36. Устойчивость и переделка умений и навыков.
37. Проблема психологической характеристики вида спорта.
38. Мотивационная специфика вида спорта.
39. Целевая специфика видов спорта.
40. Психологически значимые условия спорта.
41. Эмоциональные факторы соревновательной деятельности.
42. Параметры психических состояний в спорте, причины возникновения неблагоприятных психических состояний в спорте, предотвращение этих состояний.
43. Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности.
44. Классификация методов саморегуляции.
45. Психологические особенности спортивных судей.
46. Стили спортивного судейства.
47. Сравнительная характеристика деятельности в физическом воспитании и спорте.
48. Психология спортивной карьеры.
49. Психология конфликтов в спортивных коллективах.
50. Психология общения в спорте.

3.6. Билеты по дисциплине

Билет №1.

1. Предмет и методы психологии физического воспитания и спорта, связь психологии с другими науками.
2. Формирование у школьников навыков самоконтроля и самоанализа на уроках физической культуры.

Билет №2

1. Актуальные задачи психологии физического воспитания и спорта.
2. Мотивационные основы занятий физической культурой у детей младшего школьного возраста.

Билет №3

1. Понятие о психомоторике, методы оценки уровня развития психомоторики на уроках физической культуры.
2. Психика как регулятор здоровья. Особенности здорового образа жизни и здорового стиля жизни.

Билет №4

1. Развитие двигательной памяти и двигательного воображения на уроках физической культуры.
2. Психологическое обеспечение спортивной, технической и тактической подготовки спортсмена.

Билет №5

1. Структура физического «Я», методы изучения особенностей физического «Я».
2. Психологические особенности личности тренера

Билет №6

1. Факторы, определяющие активность школьников на уроках физической культуры.

2. Обучение элементарным приемам психической регуляции на уроках физической культуры.

Билет №7

1. Мотивационные основы занятий физической культурой у школьников подросткового возраста.
2. Психологическая характеристика физических качеств и их развития.

Билет №8

1. Мотивационные основы занятий физической культурой у школьников старших классов.
2. Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений.

Билет №10

1. Особенности развития личности школьников в условиях физического воспитания.
2. Психологическая структура личности спортсмена.

Билет №11

1. Развитие нравственных и волевых качеств средствами физического воспитания.
2. Тактическое мышление спортсмена.

Билет №12

1. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности.
2. Возрастная динамика к оздоровительной физической культуре.

Билет №13

1. Физиологические и психологические аспекты, взаимосвязи, эмоций и движений.
2. Источники интереса и мотивация занятий к современным видам оздоровительной физической культурой.

Билет №14

1. Влияние физических нагрузок различной интенсивности на умственную работоспособность.
2. Характеристика психологических состояний спортсмена перед стартом.

Билет №15

1. Условия положительного влияния на интеллектуальное развитие.
2. Психологические особенности работы учителя физической культуры со школьниками спортсменами.

Билет №16

1. Психотренинг на занятиях физической культурой: цели и методы.
2. Психорегуляция и психогигиена в спорте.

Билет №17

1. Социально – психологические особенности спортивной группы.
2. Влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам.

Билет №18

1. Психологические особенности спортивной тренировки и соревнований
2. Психологическое обеспечение завершения спортивной карьеры.

Билет №19

1. Общие психологические особенности спорта как специфического вида деятельности.
2. Психологические основы диагностики и отбора в спорте.

Билет №20

1. Психологические особенности общения и взаимодействия в системе «тренер-спортсмен».
2. Особенности использования терминов «формирование», «воспитание», «развитие» физических качеств.

Билет №21

1. Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности.
2. Методы гетерорегуляции: вербальные, невербальные.

Билет №22

1. Способности и типологические особенности свойств нервной системы.
2. Психологическая структура двигательных навыков в спорте.

Билет №23

1. Неблагоприятные психические состояния спортсменов: общее понятие, характеристика, классификация.
2. Индивидуализация обучения спортивным действиям.

Билет №24

1. Типологические особенности и оптимальность условий спортивной деятельности.
2. Классификация методов психорегуляции.

Билет №25

1. Общее понятие о психическом состоянии в напряжённой профессиональной деятельности.
2. Параметры психических состояний в спорте, причины возникновения неблагоприятных психических состояний в спорте, предотвращение этих состояний.

Билет №26

1. Психологические особенности технической подготовки.
2. Особенности протекания психических процессов и функций.

3.7. Тесты (при их наличии)
Не предусмотрены.

3.8. Задания практического характера
Не предусмотрены.

3.9. Другие ОС, предназначенные для проведения промежуточного контроля (портфолио и др.)
Не предусмотрены.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

«Зачтено» выставляется в случаях, когда студент свободно владеет материалом, отвечает на дополнительные вопросы, демонстрирует повышенный уровень сформированности необходимых компетенций.

«Не зачтено» выставляется в случаях, когда студент не владеет материалом, не раскрывает содержание поставленных вопросов, демонстрирует уровень сформированности компетенций ниже порогового.

Критерии оценки устного ответа:

- оценка «отлично» выставляется в случаях, когда студент свободно владеет материалом, отвечает на дополнительные вопросы, демонстрирует высокий уровень сформированности необходимых компетенций;
- оценка «хорошо» выставляется в случаях, когда студент владеет материалом на хорошем уровне, но не отвечает на дополнительные вопросы, демонстрирует повышенный уровень сформированности необходимых компетенций;
- оценка «удовлетворительно» выставляется в случаях, когда студент владеет терминологическим аппаратом, основными знаниями, умениями и навыками, но не полностью раскрывает поставленные вопросы, не отвечает на дополнительные вопросы, не способен применять знания к анализу практики, демонстрирует пороговый уровень сформированности необходимых компетенций;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется в случаях, когда студент не владеет материалом, не раскрывает содержания поставленных вопросов, демонстрирует уровень сформированности необходимых компетенций ниже порогового.