

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В.Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В.Н. Татищева)

Колледж Астраханского государственного университета им. В.Н. Татищева
Факультет педагогики, психологии, гостеприимства и спорта

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП
Федорова Т.А.
«26» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Председатель ЦК (МО) Миронова С.А.
протокол заседания ЦК (МО) №12
от «26» мая 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины

Основы психологии

Составитель
Согласовано с работодателями

Абакумова Е.Н., старший преподаватель
Слободяник В.В., директор ГБУ ДО
Астраханской области «Спортивная
школа водных видов спорта им. Б.Н.
Скокова»,
Пилюгина Е.И, заместитель директора
по воспитанию. МБОУ г. Астрахани
«СОШ № 4»

Наименование специальности
Квалификация выпускника

49.02.01 Физическая культура
педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения
Год приема (курс)

очная
2026 (I курс)

Астрахань, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы психологии» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Учебная дисциплина «Основы психологии» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, дисциплин общепрофессионального цикла ОПЦ.02.

ОК 3 ОК 4 ОК 5 ОК 6

1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины «Основы психологии» у обучающегося должны быть сформированы следующие *общие компетенции*:

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

По итогам освоения учебной дисциплины «Основы психологии» обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

Код и наименование ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности	применять знания психологии при решении педагогических задач выявлять индивидуальные особенности сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности	предмет, задачи и методы психологии; - развитие психологии как науки; - развитие психики, сознание и самосознание; - познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память,

различных жизненных ситуациях;		<p>мышление, речь, воображение; эмоционально-волевые процессы;</p> <p>- индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности человек как индивида, субъект, личность, индивидуальность;</p> <p>- структуру личности, формирование личности.</p>
ОК-4 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;		
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста		
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины, виды учебной работы и промежуточной аттестации

Вид учебной работы	для ОФО
Объем дисциплины в академических часах	150
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе:	150
- занятия лекционного типа, в том числе:	55
- практическая подготовка (если предусмотрена)	
- занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные занятия), в том числе:	78
- практическая подготовка (если предусмотрена)	
- ИП / КР	0
- консультация	1
- промежуточная аттестация по дисциплине	0.2
Самостоятельная работа обучающихся	15.8
Форма промежуточной аттестации обучающегося (зачет/экзамен), семестр	КР 3 семестр Экзамен 4 семестр

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Проектная и исследовательская деятельность в профессиональной сфере»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ак.ч/ в том числе в форме практической подготовки, ак.ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1. Предмет и задачи психологии как науки	<p>Содержание учебного материала Предмет и задачи психологии как науки. Основные направления психологии. Психические явления, свойства и состояния.</p> <p>Практическое занятие Методы исследования в психологии</p>	<p>6 Л</p> <p>8 П</p>	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК6
Тема 2. Связь психологии с педагогической наукой и практикой. Медицинская психология	<p>Содержание учебного материала. 1. Предмет изучения медицинской психологии. 2. Методы исследования медицинской психологии 3. Понятия: «психосоматика», «здоровый образ жизни», «здоровье». 4. Классификация психосоматических расстройств.</p> <p>Психология в медицинской деятельности. Содержание, связь с другими дисциплинами, междисциплинарными курсами 2. Краткая история возникновения психологии 3. Определение психологии, задачи психологии, этапы формирования психологии, структура психологии, методы исследования в психологии</p> <p>Практическое занятие Психосоматика. Психосоматические расстройства</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Классификация расстройств Изучение литературы.</p>	<p>7 Л</p> <p>8П</p> <p>2 с/р</p>	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК6

Тема 3. Основные методы психологических исследований.	Методология и методы психологического исследования. Основные факторы и механизмы развития личности. Жизненный путь личности. Основные психологические теории личности. Направленность и ее психологические проявления. Потребности. Мотивация	6 Л 8 П 2 с/р	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК6
Тема 4 Понятие о психике. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение.	<p>Содержание учебного материала. Структура личности. Активность, направленность, установка личности. Самосознание личности. Формирование самосознания. Самооценка личности. Уровень притязаний. Психологические механизмы защиты личности. Деятельность. Структура, виды, характеристика. Деятельностный подход и общепсихологическая теория деятельности. Деятельность, активность, поведение. Умения, навыки, привычки. Психическая регуляция поведения и деятельности.</p> <p>Практическое занятие:</p> <p>Самостоятельная работа: Изучение литературы.</p>	6 6 2	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК6
Тема 5 Понятие о человеке как субъекте и личности.	<p>Содержание учебного материала. Понятие о человеке как субъекте и личности.</p>	6 8 2	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК6
Тема 6 Познавательные процессы	<p>Содержание занятий : Познавательные процессы. Ощущения. Восприятие. Внимание. Память. Мышление и речь. Воображение. Ощущения в свете теории отражения. Ощущения и перцептивная деятельность. Устройство и виды анализаторов. Классификация ощущений. Взаимодействие ощущений. Классификация восприятий. Основные функции внимания и их проявление. Виды внимания. Непроизвольное и произвольное внимание, условия возникновения. Свойства внимания и их развитие. Рассеянность. Память как процесс запоминания, сохранения и воспроизведения</p>	6	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК6

		<p>информации. Классификации видов памяти. Индивидуальные различия в процессах памяти: точность, скорость, прочность. Факторы, влияющие на запоминание, сохранение, забывание информации. Мышление как высшая форма познавательной деятельности. Мышление и речь. Мыслительные операции: абстракция, синтез, сравнение, обобщение. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение. Виды мышления. Речь и общение. Функции речи. Различные виды речи. Развитие речи у детей. Структура речи. Воображение, его природа и свойства. Функции воображения. Виды воображения. Роль воображения в трудовой деятельности. Формы воображения. Фантазия.</p> <p>Практическое занятие :Разум человека. Основные формы познания человека, восприятие, память, мышление, воображение, внимание. Восприятие и его свойства. Психологические механизмы восприятия. Память человека: определение, виды, процессы. Психологические механизмы работы памяти. Мышление: определение, типы, виды. Мыслительные операции как основные механизмы мышления. Воображение: определение, виды, функции. Психологические механизмы работы воображения. Внимание: определение, функции, виды, свойства.</p> <p>Самостоятельная работа : изучение литературы</p>	8	
			2	
Тема 7 Понятие о темпераменте.		<p>Содержание занятий:Понятие о темпераменте. Круг психических свойств, характеризующих темперамент.</p> <p>Практическое занятие:</p> <p>Самостоятельная работа: изучение литературы</p>	4	ОК 03,ОК 4, ОК 5, ОК6
			8	
			3,8	
Тема 8 Физиологические основы и психологические характеристики темперамента.		<p>Содержание занятий:Физиологические основы темперамента. Тип высшей нервной деятельности и темперамент. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Типы темпераментов и их психологическая характеристика.</p>	4	ОК 03,ОК 4, ОК 5, ОК6
			8	
Тема 9 Понятие о характере		<p>Содержание занятий: Понятие о характере. Характер и темперамент. Структура характера как совокупность черт, определяющих отношение человека к другим людям, к себе, к ценностям и труду. Основной вопрос формирования характера. Общие</p>	4	ОК 03,ОК 4, ОК 5, ОК6

	свойства и черты характера. Акцентуация характера. Типологии характера	8	
Тема 10 Формирование способностей. Эмоции и чувства	Содержание занятий: Формирование способностей. Виды способностей. Талант. Одаренность. Гениальность. Понятие о воле. Мотивационная сфера личности и волевая деятельность. Волевой акт и его структура. Локализация контроля. Ответственность. Саморегуляция деятельности. Волевые качества и их формирование. Эмоции и чувства. Теории эмоций. Факторы возникновения эмоций. Функции эмоций.	0,2 К/Р 3 семестр Экзамен 4 семестр	ОК 03, ОК 4, ОК 5, ОК 6
Всего:		55-лекции 78- практ.занятия 24,8-С/Р	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия *Мастерской педагогики и психологии*:

- Столы учебные - 12 шт.
- Стулья - 24 шт.
- Доска настенная - 1 шт.
- Рабочее место преподавателя - (1 стол, 1 стул) - 1 шт.
- Плазменная панель - 1 шт.
- Учебные материалы (в электронной форме)

Учебно-методическая документация

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013, Microsoft Windows 10 Professional, Kaspersky Endpoint Security.

Свободно распространяемое программное обеспечение: Adobe Reader, Платформа дистанционного обучения LMS Moodle, Mozilla FireFox, 7-zip, Google Chrome, Notepad++, OpenOffice, Opera, Paint.NET, Scilab, Microsoft Security Assessment Tool.

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

Наименование ЭБС
Цифровой образовательный ресурс IPRsmart: - ЭОР №1 – программа для ЭВМ «Автоматизированная система управления цифровой библиотекой IPRsmart»; - ЭОР № 2 – электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов «РУССКИЙ КАК ИНОСТРАННЫЙ» www.iprbookshop.ru
Электронно-библиотечная система BOOK.ru https://book.ru
Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех» https://biblio.asu.edu.ru
Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента» Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретённым на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог содержит более 15000 наименований изданий. www.studentlibrary.ru
Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента»

Для кафедры восточных языков факультета иностранных языков. Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретённым на основании прямых договоров с правообладателями по направлению «Восточные языки»
www.studentlibrary.ru

Перечень общедоступных официальных интернет-ресурсов для дисциплины

<i>Наименование интернет-ресурса</i>	<i>Сведения о ресурсе</i>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru	Федеральный портал (предоставляется свободный доступ)
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации https://minobrnauki.gov.ru	
Министерство просвещения Российской Федерации https://edu.gov.ru	
Федеральное агентство по делам молодёжи (Росмолодёжь) https://fadm.gov.ru	
Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор) http://obrnadzor.gov.ru	
Информационно-аналитический портал государственной программы Российской Федерации «Доступная среда» http://zhit-vmeste.ru	
Российское движение школьников https://рдш.рф	

Основная литература:

1. Пастухова, И.П. Основы учебно-исследовательской деятельности: учебник / И.П. Пастухова, Н.В. Тарасова. – Москва: КноРус, 2024. – 217 с. – ISBN 978-5-406-12409-3. – URL: <https://book.ru/book/951439>
2. Пушина, Н.В. Основы проектной и исследовательской деятельности. Практикум / Н. В. Пушина, Ж. В. Морозова, Г. А. Бандура. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 152 с. — ISBN 978-5-507-45654-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/277085> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Царенко, А. С. Управление проектами: учебное пособие для СПО / А. С. Царенко. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 236 с. — ISBN 978-5-8114-7567-4. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176879> (дата обращения: 15.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Дополнительная литература:

1. Кунилова, О.В. Индивидуальный проект. Проектно-исследовательская деятельность: учебное пособие / О. В. Кунилова. – Москва: КноРус, 2024. – 167 с. – ISBN 978-5-406-12328-7. – URL: <https://book.ru/book/951019>
2. Сковородкина, И.З. Основы учебно-исследовательской деятельности студентов: учебник / И.З. Сковородкина, С.А. Герасимов, О.Б. Фомина. – Москва: КноРус, 2025. – 277 с. – ISBN 978-5-406-13616-4. – URL: <https://book.ru/book/955414>
3. Розанова, Н.М., Основы исследовательской деятельности: учебник / Н.М. Розанова. – Москва: КноРус, 2024. – 303 с. – ISBN 978-5-406-12050-7. – URL: <https://book.ru/book/950599>

Программное обеспечение и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 10 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер

Наименование современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем

Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО «ИВИС» http://dlib.eastview.com Имя пользователя: AstrGU Пароль: AstrGU
Электронные версии периодических изданий, размещённые на сайте информационных ресурсов www.polpred.com
Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARKSQL НПО «Информ-систем» https://library.asu.edu.ru/catalog/
Электронный каталог «Научные журналы АГУ» https://journal.asu.edu.ru/
Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным

Наименование современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем

отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек.

<http://mars.arbicon.ru>

Справочная правовая система КонсультантПлюс.

Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила.

<http://www.consultant.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки результатов обучения	Методы оценки результатов обучения
Перечень знаний, осваиваемых в рамках учебной дисциплины:		
<p>-выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам</p> <p>- эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p> <p>-проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения</p>	<p>-соответствие выбранных средств и способов деятельности поставленным целям.</p> <p>-соблюдение норм профессиональной этики в процессе общения с коллегами</p> <p>-соблюдение норм профессиональной этики в процессе общения с коллегами</p>	<p>Тестирование.</p> <p>Устный опрос.</p> <p>Оценка решений профессионально-ориентированных кейсов</p> <p>Практические занятия.</p>

При необходимости рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).