

**Частное учреждение дополнительного профессионального образования  
«Институт социально-экономического образования»**

«Утверждаю»

Директор ЧУДПО «ИСЭО»

И.В.Брызгалов

«15» сентября 2020 г.



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
дополнительного профессионального образования  
(повышение квалификации, 75 часов)  
«Адаптивная физическая культура. Инструктор»  
(включая старшего)**

Екатеринбург

## **Цель реализации образовательной программы**

Целью данной программы является совершенствование и (или) получение новых компетенций необходимых для обеспечения физкультурной и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, вовлеченных в деятельность в сфере адаптивной физической культуры, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта с использованием современных форм, методов и технологий.

## **Планируемые результаты обучения**

Результатом обучения является качественное изменение, в рамках имеющейся квалификации, у обучающихся следующих профессиональных компетенций:

- проведение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре;
- ведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы, направленной на максимальную коррекцию отклонений в развитии и здоровье занимающихся;
- анализ индивидуальных программ реабилитации инвалидов и исходных данных физической подготовленности занимающихся;
- организация и проведение групповых и индивидуальных занятий с инвалидами и лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, всех возрастных и нозологических групп;
- осуществление поэтапного контроля подготовленности занимающихся и коррекцию этого процесса;
- разработка годовых и текущих планов теоретической, физической, технической, морально-волевой и спортивной подготовки занимающихся;
- разработка плана (программы) воспитательной работы с группой воспитанников.
- поэтапный контроль подготовленности занимающихся и коррекцию процесса подготовки;
- создание условий, предупреждающих случаи травматизма во время занятий и исключающие применение допингов..
- обеспечение внедрения новейших методик подготовки спортсменов по виду спорта в практику тренировочного процесса;
- ведение первичного учета, анализа и обобщения результатов проводимой работы, внесение предложения руководству учреждения по ее совершенствованию
- создание условий, предупреждающих случаи травматизма во время занятий содействие реализации мероприятий, направленных на организацию и ведение здорового образа жизни.

Реализация дополнительной профессиональной программы осуществляется в течении всего календарного года (за исключением праздничных и выходных дней) в соответствии с индивидуальным учебным планом обучения.

## Содержание образовательной программы

**Учебный план  
дополнительной профессиональной программы  
(повышения квалификации, 75 часов)  
«Адаптивная физическая культура. Инструктор»**

№	Наименование тем	Всего, час.	В том числе самостоятельная работа	Форма контроля
1	Психология физической культуры	8	8	экзамен
2	Менеджмент физической культуры и спорта	4	4	экзамен
3	Врачебно-педагогический контроль	4	4	экзамен
4	Основы специальной педагогики и психологии	4	4	экзамен
5	Адаптивная физическая культура	4	4	экзамен
6	Теория и методика спорта	5	5	экзамен
7	Сооружения для занятий физической культуры и спорта	9	9	экзамен
8	Гигиена тренировочного процесса	7	7	экзамен
9	Теория и методика воспитания	12	12	экзамен
10	Психология спорта	16	16	экзамен
11	Итоговая аттестационная	2	2	междисциплинарный экзамен
	<b>ИТОГО</b>	<b>75</b>	<b>75</b>	

**Учебно-тематический план**  
**дополнительной профессиональной программы**  
**(повышения квалификации, 75 часов)**  
**«Адаптивная физическая культура. Инструктор»**

№ модуля	Наименование дисциплины	Содержание дисциплины (тема)
1	Психология физической культуры	Психологические аспекты обучения, воспитания на занятиях физической культурой. Развитие психомоторных, познавательных способностей эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания.. Влияние физических упражнений на психологическое состояние личности и коллектива(, методы его изучения и коррекции. Регуляция психических состояний в процессе занятий физической культурой. Психодиагностика в физическом воспитании. Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре.
2	Менеджмент физической культуры и спорта	Управление экономической единицей отрасли ФКиС. Корпоративная культура организации отрасли ФКиС.
3	Врачебно-педагогический контроль	Основы врачебно-педагогического контроля в оздоровительной работе. Врачебно-педагогический контроль за физическим воспитанием детей и подростков. Врачебно-педагогический контроль в оздоровительной работе с лицами среднего и старшего возраста. Дискуссионные вопросы врачебно-педагогического контроля в оздоровительной работе.
4	Основы специальной педагогики и специальной психологии	Теория и история специальной педагогики. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями. Педагогические системы специального образования. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования. Общие проблемы специальной психологии. Умственно отсталые дети. Задержка психического развития. Дети с нарушениями слуха. Дети с нарушениями зрения. Дети с церебральным параличом. Слепоглухие дети. Прикладные проблемы специальной психологии.
5	Адаптивная физическая культура	Адаптивная физическая культура: цель, содержание, место в системе знаний о человека. Опорные концепции методо-

		логии адаптивной физической культуры. Функции адаптивной физической культуры. Принципы адаптивной физической культуры
6	Теория и методика спорта	Основные понятия теории физической культуры. Средства формирования физической культуры личности. Методы формирования физической культуры личности. Принципы занятий физическими упражнениями. Основы обучения двигательным действиям. Общая характеристика физических способностей. Силовые способности и методика их развития. Скоростные способности и методика их развития. Выносливость и методика ее развития. Гибкость и методика ее развития. Координационные способности и методика ее развития.
7	Сооружения для занятий физической культуры и спорта	Спортивные сооружения древнего мира. Спортивные сооружения нового и новейшего времени. Спортивные сооружения средних веков. Классификация спортивных сооружений. Открытые сооружения для легкой атлетики беговые дорожки. Площадки для баскетбола, волейбола, ручного мяча, бадминтона и тенниса. Площадки для гимнастики, акробатики и общефизической подготовки (офп). Площадки для борьбы, бокса, тяжелой атлетики и фехтования. Спортивные залы. Спортивные манежи. Футбольные поля.
8	Гигиена тренировочного процесса	Гигиена как основа профилактики заболеваний и здорового образа жизни. Цели и задачи гигиены; методы исследования в гигиене. Атмосфера как часть биосферы. Гигиена воздуха. Гигиена воды: химический состав, физические и бактериологические свойства воды. Гигиена почвы. Общие основы личной гигиены. Закаливание. Гигиена одежды и обуви физкультурника и спортсмена. Гигиена питания. Рациональное питание. Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности. Особенности гигиенического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности лиц разного пола и возраста. Гигиенические требования к местам занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Система гигиеническо-

		го обеспечения подготовки спортсменов и соревнований. Особенности гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности
9	Теория и методика воспитания	Сущность и закономерности воспитания. Цель, задачи и диагностика воспитания. Принципы и методы воспитания. Методы воспитания убеждений. Методы воспитания привычного поведения. Методы формирования эмоционально-волевой сферы личности. Воспитание личности в группе. Формы и технологии воспитания. Воспитатель.
10	Психология спорта	Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности спортсмена и спортивного коллектива (команды), методы его изучения и коррекции. Психическая саморегуляция в спорте. Психодиагностика в спорте

## Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

### Учебно-методическое обеспечение образовательной программы

Учебно-методический комплекс (УМК) образовательной программы, включающий в себя учебное пособие, методические рекомендации, контрольные вопросы и т.д. предоставляется каждому слушателю дополнительной профессиональной программы в личном кабинете на образовательном портале ЧУДПО «ИСЭО», кроме того, интернет ресурсы в разделе «Электронная библиотека» на сайте [www.ise-obr.ru](http://www.ise-obr.ru):

- [Российская государственная библиотека](#);
- [Электронный каталог библиотек МГУ](#);
- [Центральная городская библиотека им. А. И. Герцена](#);
- [Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма \(ГЦОЛИФК\)](#);
- [Уральский Государственный Университет Физической Культуры](#);
- [Сибирский государственный университет физической культуры и спорта](#);
- [Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург](#);
- [Консультант Плюс: Электронная онлайн-библиотека студента](#);
- [Некоммерческая интернет-версия Консультант Плюс](#);
- [Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU](#);
- [Публичная Электронная Библиотека](#);
- [Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"](#);
- [Электронная библиотека по вопросам экономики, финансов, менеджмента и маркетинга](#).

### Материально-технические условия реализации образовательной программы

В распоряжении ЧУДПО «ИСЭО» и обучающихся находится кабинет, оборудованный современной электронной техникой (компьютеры, планшеты, принтеры и т.д.) с доступом к глобальной сети Интернет. Рабочие места преподавателей по всем предметам, в соответствии с особенностью формы обучения, находятся вне юридического адреса ЧУДПО «ИСЭО».

В ЧУДПО «ИСЭО» созданы все условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды. Она включает в себя электронные информационные и образовательные ресурсы, совокупность информационных, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивает освоение программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Связь обучающегося с преподавателями и другими обучающимися осуществляется внутри электронной коммуникационной среды ЧУДПО «ИСЭО» по средству электронных средств связи. Электронная коммуникационная среда ЧУДПО «ИСЭО» позволяет осуществлять связь и проводить переписку обучающегося с конкретным преподавателем или другим обучающимся данной образовательной программы (Принцип: все со всеми).

Электронная образовательная среда ЧУДПО «ИСЭО» обеспечивает каждого обучающегося возможностью пользоваться в полном объеме учебно-методическим комплексом в соответствии с его образовательной программой, проходить двухуровневую аттестацию, хранить, контролировать и анализировать всю информацию по всем видам его образовательной деятельности.

Электронная информационная среда, размещается на образовательном портале (сайте) ЧУДПО «ИСЭО» и обеспечивают наличие всей необходимой информацией обучающихся и других категорий граждан.

Консультирование по всем техническим вопросам обучающихся осуществляется службой технической поддержки ЧУДПО «ИСЭО» в режиме Online.

### Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения образовательной программы повышения квалификации

Лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу, должны иметь среднее профессиональное и/или высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

### Форма и режим обучения

Программа реализуется с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

### Оценка качества освоения образовательной программы и формы аттестации

Оценка качества освоения образовательной программы дополнительного профессионального образования (повышение квалификации) включает промежуточную и итоговую аттестацию слушателей.

Промежуточная аттестация предполагает оценку уровня знаний обучающегося по каждой теме, в соответствии с учебным планом программы.

Итоговая аттестация предполагает оценку уровня знаний, обучающихся по средству сдачи междисциплинарного экзамена.

Промежуточная и итоговая аттестации проводятся автоматически электронной системой ЧУДПО «ИСЭО» по критериям: от 90.00% до 100.00% правильных ответов – оценка 5, от 80.00% до 89.99% правильных ответов – 4, от 70.00% до 79.99% правильных ответов – 3, от 60.00% до 69.99% правильных ответов – 2, от 0.00% до 59.99% правильных ответов – оценка 1 балл.

Полученные оценки выставляются в электронную учебную карточку обучающегося.



## Оценочные материалы (вопросы)

### Психология физической культуры

1. Психологические закономерности формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой.
2. Влияние физической культуры на личность занимающегося.
3. Функционально-методический подход к занятиям физической культурой.
4. Понятие мотивации на занятиях физической культурой.
5. Роль мотивации достижения успеха и мотивации избегания неудачи в эффективности учебной деятельности.
6. Психологические схемы формирования мотивации к учебной деятельности.
7. Тревога и тревожность. Диагностика. Регуляция тревоги в процессе учебной деятельности.
8. Психологические особенности младшего школьного возраста и построение занятий по физической культуре.
9. Психологические особенности среднего школьного возраста и построение занятий по физической культуре.
10. Темперамент и эффективность учебной деятельности.
11. Психологические особенности старшего школьного возраста и построение занятий по физической культуре.
12. Самооценка и эффективность учебной деятельности.
13. Конфликт на уроке физической культуры. Психологические причины и пути разрешения конфликта.
14. Психология учителя физической культуры.
15. Стили руководства учителя на уроках физической культуры.
16. Психологические особенности организации урока физкультуры.
17. Положительная и отрицательная роль лидеров на уроках физкультуры.
18. Психофизическая культура как фактор формирования личности школьника.
19. Психология школьного коллектива (класса) и роль на уроках физкультуры.
20. Психофизическая культура. Психотехнология психофизической культуры.
21. Психологические особенности младшего школьного возраста и построение занятий по физической культуре.
22. Проблемы физической культуры в школе (низкая мотивация, посещаемость, монотония) и пути их решения.
23. Психологические особенности среднего школьного возраста и построение занятий по физической культуре.
24. Почему здоровье и физическая подготовленность не являются мотивирующими факторами к занятиям физической культурой в школе.
25. Личностно-ориентированный подход к занятиям физической культурой.
26. Проблемы физической культуры в школе (низкая мотивация, посещаемость, монотония) и пути их решения.
27. Психологические закономерности формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой.
28. Психологический анализ современного состояния физической культуры в школе.

### Менеджмент физической культуры и спорта

29. Менеджмент - разновидность хозяйственного управления организацией отрасли ФКиС
30. Виды и функции менеджмента ФКиС
31. Организация отрасли ФКиС
32. Предприятие отрасли ФКиС
33. Организационные схемы управления организацией отрасли ФКиС

34. Коммуникационные сети организации и их разновидности в отрасли ФКиС
35. Система целей организации в отрасли ФКиС
36. Стратегии развития организации отрасли ФКиС
37. Сущность. Виды. Содержание корпоративной культуры организации отрасли ФКиС
38. Сущность и содержание предпринимательской культуры менеджера
39. Культура делового общения
40. Культура поведения персонала организации отрасли ФКиС
41. Организационная культура организации отрасли ФКиС
42. Административная культура организации отрасли ФКиС
43. Правовая культура менеджера организации отрасли ФКиС
44. Подбор и отбор кадров в организации отрасли ФКиТ
45. Понятие и сущность конфликта организации отрасли ФКиС. Виды. Причины
46. Межличностные стили разрешения конфликтов в организации отрасли ФКиС
47. Поведение руководителя в конфликте

#### Врачебно-педагогический контроль

1. Виды физической культуры: традиционные и нетрадиционные.
2. Врачебный контроль в оздоровительной работе: определение, цель, задачи, актуальность.
3. Наружный осмотр и антропометрия: определение, методики, актуальность.
4. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: определение, их актуальность для оздоровительной работы.
5. Специфика медицинских обследований школьников.
6. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы: проба Кушелевского.
7. Характеристика основной, подготовительной и специальной медицинских групп.
8. Наблюдение как метод врачебно-педагогического контроля: определение, цель, задачи, свойства, виды, показания, объекты, достоинства, недостатки и значение наблюдения.
9. Цель, задачи и методика врачебно-педагогических наблюдений.
10. Психологические аспекты врачебно-педагогического контроля.
11. Предпатологические состояния физкультурников.
12. Специфика восстановительных мероприятий в оздоровительной физкультуре.

#### Основы специальной педагогики и психологии

1. Основы дидактики специальной педагогики.
2. Современная система специальных образовательных услуг.
3. Образование лиц с нарушениями умственного развития.
4. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи.
5. Педагогические системы образования лиц с нарушениями слуха.
6. Специальное образование лиц с нарушениями зрения.
7. Специальное образование при аутизме и аутистических чертах личности.
8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
9. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития.
10. Профилактика, раннее выявление и ранняя комплексная помощь детям с отклонениями в развитии.
11. Общее и специальное образование: интеграция и дифференциация.
12. Специальная педагогика и гуманистические образовательные системы.
13. Общие и специфические закономерности психического развития.
14. Динамика психического развития в условиях недостаточности функций.
15. Психологическая характеристика умственно отсталых детей.
16. Задержка психического развития в дошкольном возрасте.
17. Сенсорно-перцептивные функции.
18. Особенности моторики.
19. Особенности речевого развития.
20. Игровая деятельность.

21. Причины нарушений слуха.
22. Дети с нарушениями слуха.
23. Предмет и задачи сурдопсихологии.
24. Методы сурдопсихологии.
25. Взаимосвязь сурдопсихологии и сурдопедагогики.
26. Психическое развитие глухого ребенка в старшем дошкольном возрасте.
27. Особенности психического развития слабослышащих детей.
28. Тифлопсихология как наука о закономерностях психического развития слепых и слабовидящих.
29. Личность и особенности ее развития при нарушениях зрения.
30. Особенности познавательной деятельности у детей с нарушением зрения.
31. Развитие зрительного восприятия слепых с остаточным зрением и использование его в процессе обучения.
32. Психическое развитие при детском церебральном параличе.
33. Олигофрения у детей с церебральным параличом.
34. Нейроонтогенетический подход к диагностике и коррекции двигательных и речевых нарушений у детей с церебральным параличом.
35. Направления практического применения психологических исследований.
36. Адаптация.
37. Коррекция и компенсация функций.
38. Психодиагностика нарушений развития у детей.
39. Психологическая служба в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.

#### Адаптивная физическая культура

1. Основные виды адаптивной физической культуры.
2. Отличие адаптивной физической культуры от медицинской реабилитации.
3. Сходство и различия адаптивной физической культуры и профилактической медицины. Адаптивное физическое воспитание (образование). Отличительные признаки адаптивного спорта.
4. Содержание адаптивной физической рекреации.
5. Адаптивная физическая реабилитация.
6. Адаптация и компенсация в теории физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
7. Педагогические функции адаптивного физического.
8. Учебно-познавательная функция.
9. Развивающая функция.
10. Коррекционная функция.
11. Профессионально-подготовительная функция.
12. Воспитательная функция.
13. Социализирующая функция.
14. Интегративная функция.
15. Коммуникативная функция.
16. Принципы адаптивной физической культуры.

#### Теория и методика спорта

1. Дайте определение понятий «координация», «ловкость», «координационные способности».
2. Перечислите и кратко охарактеризуйте виды координационных способностей.
3. Перечислите факторы, определяющие развитие координационных способностей.
4. Раскройте возрастно-половые и индивидуальные особенности развития координационных способностей.
6. Каким требованиям должны отвечать физические упражнения, используемые для развития координационных способностей?

7. Назовите группы упражнений, которые используются для развития координационных способностей.
8. Дайте краткую характеристику методов развития координационных способностей.
9. Какие методические приемы при использовании метода строго регламентированного упражнения Вам известны?
10. Раскройте особенности методики развития координационных способностей, основанных на проприоцептивной чувствительности.
11. Каковы особенности методики развития способности к ориентированию в пространстве.
12. Какими средствами и методами развивают чувство ритма.
13. Раскройте особенности методики развития способности к статическому и динамическому равновесию.
14. Какие группы физических упражнений используют для борьбы с координационной напряженностью.
15. Перечислите критерии оценки координационных способностей.
16. Какие методы оценки уровня развития координационных способностей Вам известны.
17. Приведите примеры типовых тестов и контрольных упражнений, которые используются для контроля координационных способностей.

#### Физиология спортивной деятельности

1. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам.
2. Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация.
3. Функциональные сдвиги при нагрузках постоянной мощности.
4. Особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности.
5. Принципы и методы тестирования физической работоспособности.
6. Резервы физической работоспособности.
7. Факторы утомления и состояние функций организма.
8. Физиологические механизмы восстановительных процессов.

#### Гигиена тренировочного процесса

1. Гигиена как научная дисциплина, предмет и задачи.
2. Температура: перегревание и тепловой удар, переохлаждение и отморожение.
3. Влажность: абсолютная, максимальная, относительная.
4. Погода, климат, акклиматизация: их роль при занятиях физической культурой и спортом.
5. Источники водоснабжения.
6. Типы, виды, нормы зеленых насаждений, их гигиеническое значение.
7. Рациональный суточный режим.
8. Виды закаливания.
9. Гигиена одежды и обуви физкультурника.
10. Пять законов рационального питания.
11. Педагогические и психологические средства восстановления.
12. Гигиенические принципы тренировочного процесса и соревнований.
13. Оказание первой помощи в условиях временной адаптации.
14. Особенности гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности.

#### Теория и методика воспитания

15. Можно ли любой школьный класс назвать коллективом? Дайте определение коллектива.
16. Как детская группа влияет на своих членов? Приведите примеры.
17. Какие Вам известны типологии групп? Приведите и разъясните типологию психолога Л.И. Уманского.
18. Почему коллектив называют педагогическим усилителем и педагогизированной сре-

дой школьника?

19. В чём заключается закон развития группы и коллектива?
20. Назовите и разъясните основные этапы развития группы и превращения её в коллектив.
21. Каково основное средство сплочения группы и превращения её в коллектив? Обоснуйте Ваш ответ.
22. Как увлечь и сплотить группу перспективой будущей совместной деятельности?
23. Почему совместная игра особенно быстро объединяет и сплачивает детей?
24. Укажите особенности коллективообразующей и воспитывающей деятельности детей.
25. Дайте определение и перечислите рассмотренные традиции групповой деятельности.
26. Как преодолеть вредные и создать полезные традиции в группе?
27. Какая связь существует между особенностями взаимоотношений в группе и характером работы воспитателя? Обоснуйте Ваш ответ.
28. Какими способами влияния на неформальные отношения в группе обладает воспитатель?
29. От каких основных причин зависит авторитет педагога в глазах школьников?
30. В чём состоит методика параллельного действия воспитателя в группе?
31. Какова воспитательная роль актива группы?
32. Укажите на основные способы выращивания детского актива.
33. Раскройте смысл и основное содержание индивидуальной работы воспитателя в группе.
34. Разработайте свою типологию школьников, облегчающую индивидуальную воспитательную работу с ними в группе.
35. Как индивидуальная воспитательная работа отражается на состоянии детской группы

#### Психология спорта

1. Психологические закономерности формирования положительной мотивации к занятиям спортом.
2. Психология юношеского спорта.
3. Влияние спорта на личность юного спортсмена.
4. Понятие мотивации в спорте.
5. Роль мотивации достижения успеха и мотивации избегания неудачи в эффективности спортивной деятельности.
6. Психологические схемы формирования мотивации в спортивной деятельности.
7. Тревога и тревожность. Диагностика. Регуляция тревоги в процессе спортивной деятельности.
8. Психический стресс в спорте. Три стадии психического стресса.
9. Регуляция стресса в процессе спортивной деятельности.
10. Психологические особенности среднего школьного возраста и построение спортивных занятий.
11. Темперамент и эффективность спортивной деятельности.
12. Психологические особенности старшего школьного возраста и построение спортивных занятий.
13. Самооценка эффективность спортивной деятельности.
14. Конфликт в спорте. Психологические причины и пути разрешения конфликта.
15. Почему психология недостаточно востребована в спорте.
16. Психология тренера.
17. Стили руководства тренера.
18. Истоки и современное состояние психологии спорта.
19. Положительная и отрицательная роль лидеров в спорте
20. Психология тренировочного процесса. Три стадии психического перенапряжения и его регуляция.

21. Специальная психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Цель, задачи, средства специальной психологической подготовки.
22. Общая психологическая подготовка.
23. Психология соревнования.
24. Психические состояния в спорте и их влияние на эффективность спортивной деятельности.
25. Требования к тренеру и психологические особенности профессии тренера.
26. Уровни деятельности тренера.
27. Управление психическим состоянием спортсмена в день выступления в соревновании (в день старта и во время выступления).
28. Психорегулирующая тренировка в спорте.
29. Идеомоторная тренировка в спорте.
30. Личность спортсмена. Отличие подхода к личности спортсмена в общей психологии и психологии спорта.

#### **Составитель программы**

Брызгалов Игорь Вячеславович, доктор педагогических наук, профессор, отличник физической культуры.