

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ястребов Олег Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 27.05.2026 14:45:19
Уникальный программный ключ:
ca953a0120d891083f939673078ef1a989dae18a

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»**

Филологический факультет

(наименование основного учебного подразделения (ОУП) – разработчика ОП ВО)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

(наименование дисциплины/модуля)

Рекомендована МССН для направления подготовки/специальности:

37.05.01 КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Освоение дисциплины ведется в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования (ОП ВО):

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

(наименование (профиль/специализация) ОП ВО)

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Практическая психология спорта» входит в программу специалитета «Клиническая психология. Психология здоровья» по направлению 37.05.01 «Клиническая психология» и изучается в 7 семестре 4 курса. Дисциплину реализует Кафедра психологии и педагогики. Дисциплина состоит из 2 разделов и 9 тем и направлена на изучение психологических основ, технологий и методов реабилитации в спорте.

Целью освоения дисциплины является ознакомление с психологическими основами реабилитации в спорте овладение технологиями и методы психологической реабилитации в спорте.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Практическая психология спорта» направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций (части компетенций):

Таблица 2.1. Перечень компетенций, формируемых у обучающихся при освоении дисциплины (результаты освоения дисциплины)

Шифр	Компетенция	Индикаторы достижения компетенции (в рамках данной дисциплины)
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	УК-6.7 Распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и анализа ресурсов для их выполнения;
ПК-4	Способен применять современные подходы и методы психологической коррекции и восстановительного обучения с учетом образовательных, клиникопсихологических, нозологических, социальнодемографических, культуральных и индивидуальнопсихологических характеристик пациента (взрослых и детей)	ПК-4.2 Определяет цели, задачи и разрабатывает программы психологической коррекции и восстановительного обучения в соответствии с задачами психологической профилактики, лечения и коррекции, реабилитации, психологического (психического) развития взрослых и детей;

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Практическая психология спорта» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы высшего образования.

В рамках образовательной программы высшего образования обучающиеся также осваивают другие дисциплины и/или практики, способствующие достижению запланированных результатов освоения дисциплины «Практическая психология спорта».

Таблица 3.1. Перечень компонентов ОП ВО, способствующих достижению запланированных результатов освоения дисциплины

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	Основы экономики и менеджмента; Философия; Основы проектной деятельности; Психология профессионального развития личности**; Теория и практика личностных ресурсов**; Введение в профессию; Учебно-ознакомительная практика;	Тренинг уверенности личности**; Тренинг самореализации личности**; Personality and Social Behaviour; Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере**; Здоровьесберегающие технологии в системе образования**;

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
			Педагогическая практика под супервизией; Производственная практика под супервизией;
ПК-4	Способен применять современные подходы и методы психологической коррекции и восстановительного обучения с учетом образовательных, клиникопсихологических, нозологических, социальнодемографических, культуральных и индивидуальнопсихологических характеристик пациента (взрослых и детей)	Нейропсихология;	Производственная практика под супервизией; Преддипломная практика; Психологическая помощь больным с нейромышечными заболеваниями**; Психологическая помощь инвалидам детства и членам их семей**; Нейропсихологическая реабилитация и восстановление психических функций; Психологическая помощь пожилым людям, инвалидам и их семьям**; Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере**; Здоровьесберегающие технологии в системе образования**; Психическое здоровье детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации**; Психическое здоровье одаренных детей**; Клиническая психология позднего возраста; Психология зависимого поведения; Тренинг уверенности личности**; Тренинг самореализации личности**;

* - заполняется в соответствии с матрицей компетенций и СУП ОП ВО

** - элективные дисциплины /практики

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Практическая психология спорта» составляет «2» зачетные единицы.

Таблица 4.1. Виды учебной работы по периодам освоения образовательной программы высшего образования для очной формы обучения.

Вид учебной работы	ВСЕГО, ак.ч.		Семестр(-ы)
			7
<i>Контактная работа, ак.ч</i>	34		34
Лекции (ЛК)	17		17
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	17		17
<i>Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.</i>	29		29
<i>Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.</i>	9		9
Общая трудоемкость дисциплины ак.ч.	ак.ч.	72	72
	зач.ед.	2	2

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 5.1. Содержание дисциплины (модуля) по видам учебной работы*

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Наименование темы		Содержание темы	Вид учебной работы*
Раздел 1	Психологические основы реабилитации в спорте	1.1	Спорт как психологически насыщенный вид активности.	Психологические особенности спортивной деятельности: психофизиологическое напряжение и перенапряжение, нахождение спортсмена на пределе своих возможностей, повышенная ответственность за результат.	ЛК, СЗ
		1.2	Процесс реабилитации: опережение, виды реабилитационных мероприятий.	Определение процесса реабилитации. Виды реабилитационных мероприятий в спорте: педагогические, гигиенические, медико-биологические, социально-психологические.	ЛК, СЗ
		1.3	Психофизиологические основы реабилитации в спорте.	Психофизиологические механизмы, психоэмоциональные факторы.	ЛК, СЗ
		1.4	Виды психологической реабилитации в спорте.	Социально-психологическая реабилитация спортсменов после соревнований: Психологическая реабилитация спортсмена после травмы.	ЛК, СЗ
Раздел 2	Технологии и методы психологической реабилитации в спорте	2.1	Классификация методов в реабилитации в спорте.	Методы реабилитации в спорте: гетерорегуляционные и ауторегуляционные; вербальные и невербальные: аппаратные и безаппаратные; контактные и бесконтактные. Гетерорегуляционные, вербальные методы: беседа, убеждение, приказ, рациональное внушение, метод гипносузгестии.	ЛК, СЗ
		2.2	Приборы, используемые для аппаратных методов.	Приборы, используемые для аппаратных методов: «Электросон», «ПЭЛАН» (прибор электроанальгезии), «ЛЭНАР» (лечебный электронаркоз). Методы бесконтактного внушения с помощью источников тепла, функциональной музыки, специальных акустических эффектов, цветовых феноменов.	ЛК, СЗ
		2.3	Обучение спортсменов приемам психорегуляции.	Приемы психорегуляции: аутогенная тренировка, психорегулирующая тренировка. Безаппаратные невербальные методы: целенаправленные гимнастические упражнения, использование роли позы, специальной осанки, дыхательная гимнастика, психологическая гимнастика, дозированная ходьба и бег, идеомоторная тренировка.	ЛК, СЗ
		2.4	Особенности психологической реабилитации после травмы.	Виды травм в спорте. Психологические последствия травм в спорте: шок, стресс, страх перед повторной травмой, ощущение потери, негативные эмоции и другие нарушения настроения.	ЛК, СЗ
		2.5	Когнитивно-поведенческий подход в психологической реабилитации после спортивной травмы.	Основные принципы, основные психологические проблемы после спортивной травмы, этапы, конкретные методы и техники КПТ в спортивной реабилитации.	ЛК, СЗ

* - заполняется только по ОЧНОЙ форме обучения: ЛК – лекции; ЛР – лабораторные работы; СЗ – практические/семинарские занятия.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Тип аудитории	Оснащение аудитории	Специализированное учебное/лабораторное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости)
Лекционная	Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная комплектом специализированной мебели; доской (экраном) и техническими средствами мультимедиа презентаций.	-
Семинарская	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели и техническими средствами мультимедиа презентаций.	-
Для самостоятельной работы	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся (может использоваться для проведения семинарских занятий и консультаций), оснащенная комплектом специализированной мебели и компьютерами с доступом в ЭИОС.	-

* - аудитория для самостоятельной работы обучающихся указывается **ОБЯЗАТЕЛЬНО!**

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Родионов, В. А. Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 366 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19421-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583056>

2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583475>

3. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация : учебник для вузов / И. В. Ильина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 333 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17224-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583943>

Дополнительная литература:

1. Попов В.А., Козлов А.П. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ УЧАСТИЯ В СОРЕВНОВАНИЯХ // Символ науки. 2022. №1-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-reabilitatsiya-sportsmenov-posle-uchastiya-v-sorevnovaniyah>

2. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

3. Леонов С.В. Переживание спортивной травмы // Национальный психологический журнал — 2012. — №2(8) — с.136-143.

<http://npsyj.ru/articles/detail.php?article=2676&ysclid=15gbl8qd62836408104>

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН <https://mega.rudn.ru/MegaPro/Web>

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>

- ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>
- ЭБС «Консультант студента» www.studentlibrary.ru
- ЭБС «Знаниум» <https://znanium.ru/>

2. Базы данных и поисковые системы

- Sage <https://journals.sagepub.com/>
- Springer Nature Link <https://link.springer.com/>
- Wiley Journal Database <https://onlinelibrary.wiley.com/>
- Научометрическая база данных Lens.org <https://www.lens.org>

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля:*

1. Курс лекций по дисциплине «Практическая психология спорта».

* - все учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся размещаются в соответствии с действующим порядком на странице дисциплины **в ТУИС!**

РАЗРАБОТЧИКИ

Профессор кафедры психологии и педагогики

Должность

РАЗРАБОТЧИКИ

Ассистент кафедры психологии и педагогики

Должность

РУКОВОДИТЕЛЬ ОП ВО

Заведующий кафедрой психологии и педагогики

Должность

РУКОВОДИТЕЛЬ БУП

Заведующий кафедрой психологии и педагогики

Должность

Башкин Е.Б.

Фамилия И.О

Достатняя А.А.

Фамилия И.О

Башкин Е.Б.

Фамилия И.О

Башкин Е.Б.

Фамилия И.О