Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра физиологии и биохимии

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОНачальник Учебно-методического управления к.п.н. А.С. Солнцева\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«20» августа 2020 г. | УТВЕРЖДАЮПредседатель УМКпроректор по учебной работек.п.н., профессор А.Н Таланцев\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«20» августа 2020 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

**Б1.В.ДВ.07.01**

**Направление подготовки:**

**49.04.01 Физическая культура**

ОПОП «Естественнонаучные проблемы физической культуры»

**Квалификация выпускника**

**Магистр**

**Форма обучения**

 Очная/Заочная

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОИ.О.Декана факультета магистерской подготовкик.фарм.н., Н.А. Вощинина\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«20» августа 2020 г. |  | Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (протокол №9 от 3.04.2020 г.)Заведующий кафедрой, к.б.н. Стрельникова И.В. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Малаховка 2020**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 19 сентября 2017 г., № 944 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16 октября 2017 г., регистрационный номер № 48561).

**Составители рабочей программы:**

Стрельникова Ирина Владимировна, кандидат биологических наук, доцент

Стрельникова Галина Владимировна, ст.преподаватель

**Рецензенты:**

Осадченко Ирина Владимировна

кандидат биологических наук, доцент

Лактионова Тамара Ивановна

Кандидат медицинских наук, доцент

Ссылки на используемые в разработке РПД дисциплины профессиональные стандарты (в соответствии с ФГОС ВО 49.04.01):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Код ПС | **Профессиональный стандарт** | **Приказ Минтруда России** | Аббрев. исп. в РПД |
| **05 Физическая культура и спорт** |
| 05.003 |  [*"Тренер"*](http://internet.garant.ru/document/redirect/72232870/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 28 марта 2019 г. N 191н | Т |
| 05.008 |  [*"Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта"*](http://internet.garant.ru/document/redirect/71249184/0) | Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 29 октября 2015 г. N 798н | Р |

1. **Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:**

**ПК-4.** Способен применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии) в тренерской деятельности

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Знания:*** индивидуально-типологические особенности спортсменов, требующие учета в тренерской деятельности; | **Р 05.008** ***Е/01.7***Текущее планирование спортивной подготовки***Е/04.7***Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки**Т 05.003** ***Н/02.7***Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды | ПК-4 |
| ***Умения:***применять в тренировочном процессе знания об индивидуально-типологических особенностей спортсменов; |
| ***Навыки и/или опыт деятельности:***применения знаний об индивидуально-типологических особенностях спортсменов, требующих учета в тренерской деятельности |

1. **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.**
2. Дисциплина «Индивидуально-типологические аспекты физической культуры» в структуре образовательной программы относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.
3. В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается в 3 семестре очной и заочной форм обучения. Форма промежуточной аттестации – зачет.
4. **3. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

*очная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Вид учебной работы* | *Всегочасов* | *Семестр* |
| **3** |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | **18** | **18** |
| В том числе: |  |  |
| Лекции | 4 | 4 |
| Семинары  | 14 | 14 |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **54** | **54** |
| Вид промежуточной аттестации  | зачет | зачет |
| Общая трудоемкость часы зачетные единицы | 722 | 722 |

1. *заочная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры |
| **3** |
| **Контактная работа преподавателя с обучающимися** | 10 | 10 |
| В том числе: |
| Лекции | 2 | 2 |
| Семинары  | 8 | 8 |
| **Самостоятельная работа**  | 62 | 62 |
| Вид промежуточной аттестации  | зачет | зачет |
| **Общая трудоемкость:**  | **часы** | 72 | 72 |
| **зачетные единицы** | 2 | 2 |

**4. Содержание дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Содержание раздела | Всего часов |
| 1. | Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека | Теоретические основы дифференциальной психофизиологии. Определение понятий «индивидуальное» и «типологическое». Основные факторы происхождения индивидуальных различий: наследственность и среда, врожденное и приобретенное. Единство природного и социального в человеке: понятия “организм”, “личность”, “индивидуальность”, их соотношение. Структура индивидуальности и личности с точки зрения дифференциальной психологии и психофизиологии. | 18 |
| 2. | Темперамент и типологические особенности проявления свойств нервной системы | Соотношение понятий "свойство нервной системы" и "типологические особенности проявления свойств нервной системы". Характеристики типологических особенностей проявления свойств нервной системы. Структура и классификация свойств нервной системы. Парциальные и общие свойства нервной системы. Характеристика отдельных свойств нервной системы. Сила нервной системы. Подвижность-инертность и лабильность нервных процессов. Баланс нервных процессов. Возрастно-половые особенности проявления свойств нервной системы. Методические вопросы изучения свойств нервной системы. Пути повышения надежности диагностики типологических особенностей проявления свойств нервной системы. "Произвольные" и "непроизвольные" методики изучения свойств нервной системы. О методах наблюдения и опроса при изучении свойств нервной системы. | 20 |
| 3. | Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема | Особенности личности и свойства нервной системы. Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Познавательные способности и типологические особенности. Волевые качества и свойства нервной системы. Устойчивость к неблагоприятным состояниям и типологические особенности. | 14 |
| 4. | Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности | Выраженность типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта. Стили спортивной деятельности. Оптимальность условий деятельности для спортсменов с разными типологическими особенностями. Реакция на нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей. Особенности построения тренировочных программ в зависимости от индивидуальных особенностей. | 20 |

1. **Разделы дисциплины и виды учебной работы:**

очная форма обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п |  Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | Всего |
| Л | С | СРС |
| 1. | Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека | 2 | 2 | 14 | 18 |
| 2. | Темперамент и типологические особенности проявления свойств нервной системы | 2 | 4 | 14 | 20 |
| 3. | Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема | - | 2 | 12 | 14 |
| 4. | Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности | - | 6 | 14 | 20 |
|  | Итого | 4 | 14 | 54 | 72 |

заочная форма обучения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п |  Наименование раздела дисциплины | Виды учебной работы | Всего |
| Л | С | СРС |
| 1. | Дифференциальная психофизиология как наука, изучающая индивидуально-типологические особенности человека | 2 |  | 16 | 18 |
| 2. | Темперамент и типологические особенности проявления свойств нервной системы | - | 2 | 18 | 20 |
| 3. | Особенности личности и деятельности как дифференциально-психофизиологическая проблема | - | 2 | 12 | 14 |
| 4. | Дифференциальная психофизиология спортивной деятельности | - | 4 | 16 | 20 |
|  | Итого | 2 | 8 | 62 | 72 |

1. **6.** **Перечень основной и дополнительной литературы, необходимый для освоения дисциплины:**
2. **6.1. Основная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** |
| библиотека | кафедра |
| 1. 1.
 | Психофизиология : учебник для вузов / под ред. Ю. И. Александрова. - 3-е изд., доп. и перераб. - Санкт-Петербург : Питер, 2012. - 464 с. : ил. - (Учебник для вузов). - Библиогр.: с. 455. - ISBN 978-5-459-00945-3 : 564.30. - Текст (визуальный) : непосредственный. | 50 | 1 |
| 1. 2.
 | Базылевич, Т. Ф. Дифференциальная психофизиология и психология. Ключевые идеи : монография / Т. Ф. Базылевич. - Москва : Инфра-М, 2018. - 360 с. - (Научная мысль). - Библиогр.: в конце каждой главы. - ISBN 978-5-16-010332-7 : 1689.00. - Текст (визуальный) : непосредственный | 5 | - |
| 1. 3.
 | Разумникова, О. М. Дифференциальная психофизиология. Индивидуальные особенности строения и функций мозга и их отражение в психических процессах и состояниях : учебник / О. М. Разумникова. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2014. — 164 c. — ISBN 978-5-7782-2497-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/44765.html](http://www.iprbookshop.ru/44765.html%20) (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 1. 4.
 | Данилова, Н. Н. Психофизиология : учебник / Н. Н. Данилова. — Москва : Аспект Пресс, 2012. — 368 c. — ISBN 978-5-7567-0220-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/8869.html](http://www.iprbookshop.ru/8869.html%20) (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 1. 5.
 | Камчатников, А. Г. Психофизиология спортивной деятельности : учебно-методическое пособие (для самостоятельной работы студентов) с мультимедийным сопровождением / А. Г. Камчатников ; ВГАФК. - Волгоград, 2011. - Библиогр.: с. 171-173. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**6.2. Дополнительная литература**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование издания** | **Кол-во экземпляров** |
| библиотека | кафедра |
| 1. | Селиверстова, В. В. Психофизиологическое тестирование спортсменов / В. В. Селиверстова, Д. С. Мельников. - Санкт-Петербург, 2014. - Библиогр.: с. 81. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. — URL: http://lib.mgafk.ru (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |
| 2. | Кофман, Л. Б. Инновационные методы психофизиологического анализа деятельности спортсменов / ВНИИФК // Вестник спортивной науки. - 2015. - № 3. - С. 19-23 | 2 | - |
| 3. | Полевщиков М. М. Диагностика предстартового функционального состояния организма спортсменов на основе психофизиологических параметров ЦНС / Мар. гос. ун-т, Мар. гос. техн. ун-т // Вестник спортивной науки. - 2009. - № 3. - С. 39-43 | 2 | - |
| 4. | Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. - СПб. : Питер, 2007. - 544 с. | 5 | 1 |
| 5. | Шульговский, В. В. Физиология высшей нервной деятельности с основами нейробиологии : учебник. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Академия, 2008. - 528 с. | 10 | 1 |
| 6. | Ефимова, Н. В. Особенности психофизиологического статуса подростков с различной интенсивностью спортивных занятий // Физиология человека. - 2015. - № 1. - С. 83-88. | 2 | - |
| 7. | Безденежных, Б. Н. Психофизиология : учебное пособие / Б. Н. Безденежных. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 207 c. — ISBN 978-5-374-00213-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: [http://www.iprbookshop.ru/10807.html](http://www.iprbookshop.ru/10807.html%20) (дата обращения: 16.06.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей | 1 | - |

**7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет». Информационно-справочные и поисковые системы, профессиональные базы данных:**

1. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
2. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
3. Электронно-библиотечная система издательства "Лань" <https://Lanbook.com>
4. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://biblio-online.ru>
6. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://rucont.ru/>
7. Министерство образования и науки Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
8. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
9. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
10. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
11. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
12. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru/>
13. База данных научного цитирования Web of Science <http://wokinfo.com/>
14. Единая мультидисциплинарная реферативная база данных Scopus

 <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

**8.1. Специализированные аудитории и оборудование**

1. Лекционный зал с мультимедийным оборудованием
2. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 403
3. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 406
4. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 407
5. Аудитория для проведения семинаров и лабораторных работ 408 (оснащена мультимедийным оборудованием)
6. Мультимедиа (видеофильмы и слайды).
7. АПК «Функциональные асимметрии».
8. АПК «Спортивный психофизиолог»
9. АПК «Биомышь»
10. Бланки диагностических методик

**8.2. Программное обеспечение:**

В качестве программного обеспечения используется офисное программное обеспечение с открытым исходным кодом под общественной лицензией GYULGPL Libre Office или одна из лицензионных версий Microsoft Office.

**8.3 Изучение дисциплины инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья** осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся. Для данной категории обучающихся обеспечен беспрепятственный доступ в учебные помещения Академии. Созданы следующие специальные условия:

*8.3.1. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:*

*-* обеспечен доступ обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими к зданиям Академии;

- электронный видео увеличитель "ONYX Deskset HD 22 (в полной комплектации);

**-** портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи;

**-** принтер Брайля;

**-** портативное устройство для чтения и увеличения.

*8.3.2. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:*

*-* акустическая система Front Row to Go в комплекте (системы свободного звукового поля);

*-* «ElBrailleW14J G2;

**-** FM- приёмник ARC с индукционной петлей;

- FM-передатчик AMIGO T31;

- радиокласс (радиомикрофон) «Сонет-РСМ» РМ- 2-1 (заушный индуктор и индукционная петля).

*8.3.3. для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:*

*-* автоматизированное рабочее место обучающегося с нарушением ОДА и ДЦП (ауд. №№ 120, 122).

*Приложение к рабочей программе дисциплины*

*«Индивидуально-типологические аспекты физической культуры»*

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

 «Московская государственная академия физической культуры»

Кафедра физиологии и биохимии

УТВЕРЖДЕНО

решением Учебно-методической комиссии

 протокол №\_7\_ от «20» августа 2020 г.

Председатель УМК,

проректор по учебной работе

к.п.н., профессор А.Н. Таланцев

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по дисциплине

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Направление подготовки:**

49.04.01 «Физическая культура»

ОПОП «Естественнонаучные проблемы физической культуры»

**Квалификация выпускника**

**Магистр**

**Форма обучения**

Очная / Заочная

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры

(протокол № 9 от «3» апреля 2020 г.)

Зав. кафедрой к.б.н., доцент

*Стрельникова И.В.*

Малаховка, 2020 год

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1. **Паспорт фонда оценочных средств**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Компетенция | Трудовые функции (при наличии) | Индикаторы достижения |
| **ПК-4**. Способен применять знания из области подготовки спортсменов (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии) в тренерской деятельности | **Р 05.008** ***Е/01.7***Текущее планирование спортивной подготовки***Е/04.7***Руководство тренировочной, образовательной и методической деятельностью при осуществлении спортивной подготовки**Т 05.003** ***Н/02.7***Управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды | ***Знает:*** индивидуально-типологические особенности спортсменов, требующие учета в тренерской деятельности;***Умеет:*** применять в тренировочном процессе знания об индивидуально-типологических особенностей спортсменов;***Имеет опыт:*** применения знаний об индивидуально-типологических особенностях спортсменов, требующих учета в тренерской деятельности |

1. **Типовые контрольные задания:**
	1. ***Перечень вопросов для промежуточной аттестации.***

**Вопросы к зачету**

**по дисциплине**

**«Индивидуально-типологические аспекты физической культуры»**

**Направление подготовки:**

49.04.01 Физическая культура

**Форма обучения**

Очная/заочная

1. Дифференциальная психофизиология как наука, которая изучает индивидуальные и типические различия между людьми, обусловленные психофизиологическими особенностями. Определение понятий «индивидуальное» и «типологическое».
2. Основные факторы происхождения индивидуальных различий: наследственность и среда, врожденное и приобретенное.
3. Единство природного и социального в человеке: понятия “организм”, “личность”, “индивидуальность”, их соотношение.
4. Структура индивидуальности и личности с точки зрения дифференциальной психологии и психофизиологии.
5. История развития дифференциальной психологии и психофизиологии. Значение исследований И.П.Павлова, Б.М.Теплова, В.Д.Небылицына для формирования современных представлений об основах индивидуально-типологических различий.
6. Типологические свойства нервной системы как главные нейрофизиологические характеристики индивидуальности
7. Структура и классификация свойств нервной системы. Парциальные и общие свойства нервной системы.
8. Характеристика силы, подвижности и лабильности нервных процессов. Баланс нервных процессов.
9. Возрастно-половые особенности проявления свойств нервной системы.
10. Биоэлектрические (ЭЭГ) и небиоэлектрические (аппаратные) показатели свойств силы и лабильности.
11. Свойство активированности и его электрофизиологические показатели.
12. Темперамент. Определения. Эмоциональность и активность как черты темперамента.
13. Современные психофизиологические исследования активности и эмоциональности, активности и реактивности (Я. Стреляу, В.Д. Небылицын, В.М. Русалов и др.).
14. Конкретные методики определения типа темперамента.
15. Особенности личности и свойства нервной системы.
16. Информационная теория эмоций П.В. Симонова и темперамент.
17. Способности. Определения. Классификация общих и специальных способностей.
18. Способности и индивидуально-типологические свойства. Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы.
19. Задатки — комбинации общих и специально человеческих типологических свойств нервной системы.
20. Соотношение способностей и склонностей, интересов (обусловленных мотивацией) с успешностью деятельности.
21. Выраженность типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта, их обусловленность особенностями выполняемой спортивной деятельности.
22. Стили спортивной деятельности, их связь с типологическими особенностями свойств нервной системы.
23. Успешность спортивной деятельности и свойства нервной системы и темперамента.
24. Устойчивость к неблагоприятным состояниям и типологические особенности.
25. Реакция на нагрузку максимальной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
26. Реакция на нагрузку субмаксимальной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
27. Реакция на нагрузку большой и умеренной мощности организма спортсменов с разными свойствами нервной системы.
28. Прикладное значение дифференциальной психофизиологии для сферы физической культуры и спорта.
29. Особенности построения программы отдельных тренировочных занятий для спортсменов с разной силой нервных процессов.
30. Особенности построения программы отдельных тренировочных занятий для спортсменов с разной подвижностью нервных процессов.
31. Особенности годового планирования тренировочной нагрузки для спортсменов с разными индивидуально-типологическими свойствами.
32. Особенности технической подготовки спортсменов в разным стилем соревновательной деятельности.

Критерии оценки:

- оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если студент обладает достаточно полным знанием программного материала; его ответ представляет грамотное изложение учебного материала по существу; отсутствует существенные неточности в формулировании понятий; правильно применены теоретические положения, подтвержденные примерами; сделан вывод;

- оценка «не зачтено» - если студент не знает значительную часть программного материала; допустил существенные ошибки в процессе изложения; не умеет выделить главное и сделать вывод; приводит ошибочные определения.