

Приложение 2.7
к программе подготовки специалистов среднего
звена по специальности
49.02.01 Физическая культура

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 Основы психологии
индекс наименование учебной дисциплины

по специальности 49.02.01 Физическая культура
код наименование

наименование цикла: Общепрофессиональный цикл
(согласно учебному плану)

Максимальная учебная нагрузка обучающихся	68 часов
Самостоятельная работа	не предусмотрено
Обязательная учебная нагрузка (всего)	68 часов

Промежуточная аттестация: экзамен

Москва, 2026 г.

Рабочая программа по учебной дисциплине ОП.02 Основы психологии разработана на основе ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и с учетом примерной образовательной программы.

Организация разработчик: Профессиональная образовательная организация автономная некоммерческая организация «Колледж культуры и спорта» (ПОО АНО ККС)

Разработчик: Немчинова Надежда Борисовна- преподаватель психологии и педагогики в ПОО АНО ККС

«Рассмотрено» на заседании ПЦК Специальностей социально-экономического и гуманитарного профилей ПОО АНО ККС «27» мая 2026г. протокол № ССЭГП ПЦК 012/26

Председатель ПЦК  /Борнякова Ю.М./
«Согласовано»

Методист  /Александрова Е.А./

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1	4
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
2	5
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
3	9
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
4	10
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 Основы психологии

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.02 Основы психологии» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по 49.02.01 Физическая культура

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 09.

Планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

<i>Код ОК, ПК</i>	Уметь	Знать
ОК 01 ОК 02 ОК 09	применять знания психологии при решении педагогических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности.	предмет, задачи и методы психологии; развитие психологии как науки; психика и ее развитие; сознание и самосознание; деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; эмоционально-волевые процессы; индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность; структура личности; формирование личности.

Учебная деятельность способствует формированию общих и профессиональных компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	68
в т.ч. в форме практической подготовки	24
в т. ч.:	
лекции	36

практические занятия	24
консультации	2
курсовая работа (проект)	-
самостоятельная работа	-
Промежуточная аттестация - экзамен	6

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в психологию		11/1	
Тема 1.1. Предмет и задачи психологии	Содержание учебного материала	2/-	ОК 01, ОК 02, ОК 09,
	1. Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии.	1	
	2. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой	1	
Тема 1.2. Методы изучения психики	Содержание учебного материала	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о методе научного познания в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи.	1	
	2. Основные методы психологических исследований. Классификация Б.Г. Ананьева.		
Тема 1.3. Психика и ее развитие	Содержание учебного материала	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. Гипотеза А.Н. Леонтьева о чувствительности. Эволюция психики.	1	
	2. Основные стадии развития психики животных. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект. Физиологические основы психики человека		
Тема 1.4. Сознание человека	Содержание учебного материала	2/-	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания.	1	
	2. Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у человека. Сравнение психики человека и животных.	1	
	3. Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.		
Тема 1.5. Деятельность	Содержание учебного материала	3/1	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Основные понятия психологической теории деятельности.	2	
	2. Соотношение внешней и внутренней деятельности.		
	В том числе практических занятий/практической подготовки	1	
	Практическое занятие 1. Решение психологических задач по теме «Деятельность».	1	
Раздел 2. Познавательные психические процессы		26/13	
Тема 2.1. Ощущения	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений	1	
	2. Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст ощущений, сенсбилизация, синестезия).	1	
	В том числе практических занятий/практической подготовки	2	
	Практическое занятие 2. Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений.	1	
	Практическое занятие 3. Решение психологических задач по теме «Ощущения».	1	

Тема 2.2. Восприятие	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии.	1	
	2. Классификация видов восприятия.	1	
	В том числе практических занятий/практической подготовки	2	
	Практическое занятие 4. Изучение иллюзии зрительного восприятия.	1	
	Практическое занятие 5. Решение психологических задач по теме «Восприятие».	1	
Тема 2.3. Внимание	Содержание учебного материала /практической подготовки	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды.	1	
	2. Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Развитие внимания.	1	
	В том числе практических занятий/практической подготовки	2	
	Практическое занятие 6. Изучение свойств внимания по результатам диагностического исследования.	1	
	Практическое занятие 7. Решение психологических задач по теме «Внимание»	1	
Тема 2.4. Память	Содержание учебного материала	4/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций.	1	
	2. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.	1	
	В том числе практических занятий/практической подготовки	2	
	Практическое занятие 8. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Изучение мнемотехники.	1	
	Практическое занятие 9. Решение психологических задач по теме «Память».	1	
Тема 2.5. Воображение	Содержание учебного материала	3/1	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения.	1	
	2. Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения.	1	
	В том числе практических занятий/практической подготовки	1	
	Практическое занятие 10. Решение психологических задач по теме «Воображение».	1	
Тема 2.6. Мышление	Содержание учебного материала/практической подготовки	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
1. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды мышления. Предметно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление.	1		
2. Операции мышления. Процесс решения мыслительных задач. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение.	1		
В том числе практических занятий /практической подготовки	2		
Практическое занятие 11. Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.	1		
Практическое занятие 12. Решение психологических задач по теме «Мышление».	1		
Тема 2.7. Речь	Содержание учебного материала/практической подготовки	3/2	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл.	1	
	2. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь. Развитие речи.	1	
	В том числе практических занятий /практической подготовки	1	
	Практическое занятие 13. Решение психологических задач по теме «Речь».	1	
Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности		27/9	
Тема 3.1. Человек	Содержание учебного материала	4/1	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК

как субъект, личность и индивидуальность	1. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение.	1	
	2. Понятие о человеке как субъекте и личности. Структура личности. Самосознание личности. Я-концепция. Механизмы психологической защиты.	1	
	3. Направленность личности, формы ее проявления.	1	
	В том числе практических занятий /практической подготовки	1	
	Практическое занятие 14. Решение психологических задач по теме «Личность».	1	
Тема 3.2. Эмоционально-волевая сфера личности	Содержание учебного материала/практической подготовки	4/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Внешнее проявление эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства.	2	
	2. Индивидуальное проявление чувств. Развитие эмоций.		
	3. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта.		
	4. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека и их развитие.		
	В том числе практических занятий /практической подготовки	2	
	Практическое занятие 15. Изучение способов регуляции психологических состояний.	1	
Практическое занятие 16. Исследование волевых качеств личности.	1		
Тема 3.3. Темперамент	Содержание учебного материала/практической подготовки	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента.	1	
	2. Типологии темперамента. Темперамент и деятельность.	1	
	4. Учет темперамента учащихся в учебно-воспитательном процессе.	1	
	В том числе практических занятий /практической подготовки	3	
	Практическое занятие 17. Исследование типов темперамента.	2	
	Практическое занятие 18. Решение психологических задач по теме «Темперамент».	1	
Содержание учебного материала/практической подготовки	5/3	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК	
1. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера.	1		
2. Типологии характера.	1		
3. Формирование характера.	1		
В том числе практических занятий /практической подготовки	2		
Практическое занятие 19. Исследование типа характера на основе самодиагностики.	1		
Практическое занятие 20. Решение психологических задач по теме «Характер».	1		
Тема 3.5. Способности	Содержание учебного материала/практической подготовки	6/4	ОК 01, ОК 02, ОК 09, ПК
	1. Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное.	1	
	2. Виды способностей. Способности и выбор профессии.	1	
	3. Развитие способностей.	1	
	В том числе практических занятий /практической подготовки	3	
	Практическое занятие 21. Исследование творческих способностей.	2	
Практическое задание 22. Решение психологических задач по теме «Способности».	1		
Консультация		2	
Промежуточная аттестация в форме экзамена		6	
Всего:		68	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение программы учебной дисциплины ОП.02 Основы психологии предполагает (согласно ФГОС по специальности **49.02.01 Физическая культура** наличие в профессиональной образовательной организации, реализующей образовательную программу среднего профессионального образования в пределах освоения ППССЗ СПО, учебного кабинета педагогики и психологии, оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы по специальности.

В кабинете имеется мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию. В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Основы психологии» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя (стол, стул, компьютер, проектор, доска, экран);
- столы и стулья для обучающихся;
- различные наглядные пособия.
- макет скелета человека
- плакаты медицинские

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Основы психологии», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего профессионального образования.

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой по психологии и т. п.

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы психологии» студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по психологии, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам и др.).

Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации располагает печатными и/или электронными образовательными и информационными ресурсами для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

Основные источники:

1. Самыгин, С. И. Основы педагогики и психологии: учебник / С. И. Самыгин, Л. Д. Столяренко, А. Т. Латышева. — Москва: КноРус, 2026. — 489 с. — ISBN 978-5-406-14951-5. — URL: <https://book.ru/book/961025> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

2. Гонина, О. О. Психология: учебное пособие / О. О. Гонина. — Москва: КноРус, 2023. — 316 с. — ISBN 978-5-406-10337-1. — URL:

<https://book.ru/book/944961> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

3. Шапошникова, Т. Е. Общая психология: учебное пособие / Т. Е. Шапошникова, В. А. Шапошников. — Москва: КноРус, 2025. — 181 с. — ISBN 978-5-406-13562-4. — URL: <https://book.ru/book/955376> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

4. Бороздина, Г. В. Основы психологии и педагогики: учебное пособие / Г. В. Бороздина. — 4-е изд. — Минск: Вышэйшая школа, 2023. — 416 с. — ISBN 978-985-06-3551-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/155321.html> (дата обращения: 05.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Гороховатский, Л. Ю. Основы психологии: учебное пособие по курсу «Психология» для студентов, осваивающих основные образовательные программы подготовки бакалавров по направлениям 38.03.01 – Экономика и 38.03.02 – Менеджмент и специалитета по направлению 38.05.01 Экономическая безопасность / Л. Ю. Гороховатский, К. В. Рождественская, С. В. Стеглянникова. — 2-е изд. — Санкт-Петербург: Международный банковский институт имени Анатолия Собчака, 2024. — 108 с. — ISBN 978-5-4228-0156-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/146596.html> (дата обращения: 05.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/146596>

6. Болотова, О. В. Основы психологии профессиональной деятельности: учебник / О. В. Болотова, Д. А. Карпенко, А. Д. Шматко. — Москва: КноРус, 2025. — 237 с. — ISBN 978-5-406-13604-1. — URL: <https://book.ru/book/955574> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

Дополнительные источники:

1. Молодцова, Н. Г. Педагогическая психология: учебно-методическое пособие / Н. Г. Молодцова. — Москва: Московский педагогический государственный университет, 2020. — 228 с. — ISBN 978-5-4263-0938-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/105921.html> (дата обращения: 05.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Педагогическая психология: хрестоматия для студентов педагогических направлений подготовки / Л. С. Выготский, П. Ф. Каптерев, Л. В. Занков [и др.]; составители Н. А. Пронина [и др.]. — Тула: Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого, 2019. — 243 с. — ISBN 978-5-6043744-7-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94298.html> (дата обращения: 05.04.2026). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Рыжиков, С. Н., Психология общения. Практикум + eПриложение: учебное пособие / С. Н. Рыжиков, Ю. М. Демидова. — Москва: КноРус, 2023. — 318 с. — ISBN 978-5-406-11823-8. — URL: <https://book.ru/book/949742> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

4. Шапошникова, Т. Е., Общая психология: учебное пособие / Т. Е. Шапошникова, В. А. Шапошников. — Москва: КноРус, 2023. — 181 с. — ISBN 978-5-406-10601-3. — URL: <https://book.ru/book/948675> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

5. Гониная, О. О. Психология (для педагогических специальностей):

учебное пособие / О. О. Гонина. — Москва: КноРус, 2026. — 405 с. — (для педагогических специальностей). — ISBN 978-5-406-15137-2. — URL: <https://book.ru/book/960950> (дата обращения: 05.04.2026). — Текст: электронный.

Интернет-ресурсы

1. Министерство образования и науки Российской Федерации (<http://минобрнауки.пф/>);
2. Федеральный портал "Российское образование" (<http://www.edu.ru/>);
3. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (<http://window.edu.ru/>);
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (<http://school-collection.edu.ru/>);
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (<http://fcior.edu.ru/>);

№	Название электронного ресурса	Описание электронного ресурса	Используемый для работы адрес
1	Электронно-библиотечная система «IPR SMART»	Электронная библиотека учебной литературы, предоставляющая доступ к учебникам, пособиям, монографиям, научным журналам и другому электронному контенту	https://www.iprbookshop.ru/
2	Электронно-библиотечная система «ВООК.ru» Издательство "КноРус"	Электронно-библиотечная система для ВУЗов, ССУЗов, обеспечивающая доступ к учебникам, учебной и методической литературе по различным дисциплинам	https://book.ru/
3	Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»	Это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний.	https://cyberleninka.ru/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Показатели освоённости компетенций	Методы оценки
<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; – самосознание, Я-концепция; направленность личности; – эмоции, чувства, воля, темперамент; индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности. 	<ul style="list-style-type: none"> – знание предмета, задач и методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки; – понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека; – понимание сознания как формы отражения человеком действительности – знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности; – анализ закономерностей формирования различных видов деятельности; – знание понятия, видов различных познавательных психических процессов; – понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека; – сравнение познавательных психических процессов; – знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности; – знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции; – оценка механизмов психологической защиты личности; – понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека; – знание основных типов темперамента; – понимание значения темперамента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека; – знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, 	<ul style="list-style-type: none"> – анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач; анализ и оценка презентации по выбранной теме

<p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – применять знания общей психологии при решении психологических задач; – выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности 	<p>способности); понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека.</p> <p>– использование знаний психологии при решении психологических задач; поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – оценка результатов выполнения практической работы; экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
--	---	--