**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

**Спортивная психология**

**Наименование дисциплины**

**БАКАЛАВРИАТ**

**Уровень высшего образования**

**38.03.02 «Менеджмент»**

**Направление подготовки (специальность)**

**«Менеджмент в спорте»**

**Вариативная**

**Направленность (профиль) ОПОП**

**Очная**

**Форма обучения**

**Место дисциплины в структуре ОПОП ВО** относится к вариативной части ОПОП ВО.

Программа курса «Спортивная психология» разработана в соответствии с общеобразовательным стандартом, установленным Московским государственным университетом имени М.В. Ломоносова.

Дисциплина является, дисциплиной по выбору в части профессионального цикла основной образовательной программы.

Настоящая программа учебной дисциплины устанавливает минимальные требования к знаниям и умениям студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

**Результаты обучения по дисциплине**

Обучающийся должен

***Знать:***

1) особенности современного подхода к психологической подготовке спортсменов - предмет психологии спорта, задачи психологического обеспечения различных этапов спортивной подготовки;

2) специфику соревновательных ситуаций, виды и признаки предстартовых состояний спортсменов,

3) психологические особенности учебно-тренировочной деятельности, направления повышения ее эффективности;

4) иметь представление о психических характеристиках и ресурсах личности;

5) иметь представление о социально-психологических закономерностях общения в спортивном коллективе, особенностях деятельности тренера.

***Уметь:*** анализировать различные практические ситуации и коммуникационные процессы, распознавать признаки психической перегрузки, стрессового состояния, использовать различные способы развития мотивации спортсменов и снижения напряженности соревновательных ситуаций.

***Владеть:*** методами регуляции состояний, методами конструктивного общения, методом идеомоторной тренировки.

**Объем дисциплины составляет:** 2 зачетные единицы, 32 а.ч., в том числе 20 академических часов, отведенных на контактную работу обучающихся с преподавателем, 12 а.ч., академических часов на самостоятельную работу обучающихся.

Форма промежуточной аттестации – зачет.

**Основная литература:**

1. Алексеев А.В. Преодолей себя. Психическая подготовка в спорте. - Ростов н/Д: Феникс, 2006.

2. Буданова М.В. Состояние психической готовности спортсменов, его особенности и регуляция в тренировочном процессе и на старте. В сб. "Материалы научно-практической конференции с международным участием "Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации". - Краснодар, 2014.

3. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. – М.: Советский спорт, 2007.

4. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2008.

5. Китаева М.В. Психология победы в спорте. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006.

6. Киселев Ю.Я. Психическая готовность спортсмена. Пути и средства достижения. – М.: Советский спорт, 2009.

7. Родионов А.В. Психология физической культуры и спорта. Academia, 2010.