

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

кафедрой психологии

Т.А. Скробут

12.06.2025

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к зачету по учебной дисциплине *«Психология»* для студентов 3 курса
заочной формы получения образования *специальности*
«6-05-1012-01 «Физическая культура»: профилизиаций «Адаптивная физическая культура», «Лечебная физическая культура», «Оздоровительная физическая культура», «Спортивный и рекреационный туризм», «Спортивная режиссура», «Физическая культура дошкольников»;
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)»;
6-05-1012-03 «Физическая реабилитация и эрготерапия»;
6-05-1012-04 «Организация и управление физической культурой, спортом и туризмом»

на 2025/2026 учебный год

Контроль осуществляется в форме устного ответа на вопросы.

1. Психология как научная и практическая дисциплина о закономерностях развития психики.
2. Психические явления как результат активности психики.
3. Принципы, задачи и отрасли психологии.
4. Методы исследования в психологии.
5. Наблюдение и эксперимент как основные методы психологического исследования.
6. Характеристика вспомогательных методов психологического исследования.
7. Психика как продукт деятельности нервной системы.
8. Механизм взаимодействия организма с окружающей средой.
9. Условный рефлекс как форма научения.
10. Биологические и социальные факторы формирования и развития психики.
11. Эволюционное развитие психики по А.Н. Леонтьеву и К.Э. Фабри.
12. Сознание как высший уровень развития психики.
13. Взаимосвязь сознательного и бессознательного в психике человека.
14. Сознание и самосознание в психике человека.
15. Ощущение и восприятие как первичные формы отражения.
16. Виды ощущений по анализаторам и расположению.

17. Понятия чувствительности, абсолютного и относительного порогов ощущений.

18. Закономерности ощущений: адаптация, синестезия, сенсбилизация, взаимодействие и контраст.

19. Восприятие как познавательный психический процесс отражения объекта в целом.

20. Восприятие времени, движения, пространства. Восприятие человека человеком.

21. Основные свойства восприятия: предметность, константность, целостность, структурность осмысленность, избирательность, апперцепция. Понятие иллюзии.

22. Роль ощущений и восприятий в спортивной деятельности.

23. Понятие о памяти и ее процессах.

24. Теоретические концепции механизмов памяти (биохимическая, физиологическая, кибернетическая и др.).

25. Виды памяти по способу запоминания информации.

26. Виды памяти по участию волевого процесса.

27. Виды памяти по времени сохранения информации.

28. Индивидуальные особенности и различия процессов памяти.

29. Рациональные приёмы развития памяти.

30. Значение памяти при овладении двигательными навыками.

31. Понятие и значение представления в психической активности человека.

32. Структура и функции представлений.

33. Особенности представлений, их виды. Идеомоторные акты. Идеомоторная тренировка.

34. Представления о движении и двигательные представления.

35. Понятие о воображении: виды и функции.

36. Произвольное и произвольное воображение.

37. Продуктивное (творческое) и репродуктивное (воспроизводящее) воображение.

38. Формы воображения: сновидения, мечты, грезы, галлюцинации.

39. Понятие о мышлении и его особенности.

40. Виды мышления: наглядно-действенное, конкретно-образное, абстрактно-логическое.

41. Формы и операции мыслительной деятельности.

42. Качества мышления: широта, глубина, гибкость, быстрота, самостоятельность, критичность, логичность.

43. Оперативное и тактическое мышление.

44. Индивидуальные особенности мышления. Методы развития мышления.

45. Понятие о языке и речи: особенности и отличия.
46. Основные функции языка (коммуникативная, экспрессивная, сигнификативная).
47. Виды речи (внутренняя и внешняя), их назначение.
48. Общая характеристика внешней речи.
49. Ситуативная и контекстная речь.
50. Письменная и устная речь.
51. Речь диалогическая и монологическая.
52. Свойства речи: содержательность, понятность, выразительность, ответственность.
53. Понятие о воле, волевых действиях и усилиях.
54. Структура простого и сложного волевого действия. Виды волевых усилий.
55. Классификация и сравнительная характеристика волевых качеств.
56. Методы развития волевых качеств.
57. Взаимосвязь волевых усилий и эмоций.
58. Роль волевых качеств личности и волевых действий в спортивной деятельности.
59. Понятие о внимании: функции, виды и свойства.
60. Психофизиологический механизм внимания (теория доминанты).
61. Внимательность, рассеянность как свойства личности.
62. Понятие об эмоциях и чувствах.
63. Классификация и виды эмоций: стенические, астенические положительные, отрицательные.
64. Виды эмоций: по направленности, воздействию на личность, интенсивности.
65. Классификация и виды чувств: моральные, интеллектуальные, эстетические, практические.
66. Основные функции эмоций и чувств: коммуникативная, регулятивная, сигнальная, мотивационная, оценочная, стимулирующая, защитная.
67. Взаимосвязь чувств и эмоций.
68. Роль внимания, чувств и эмоций в спортивной деятельности.
69. Понятие о психическом состоянии.
70. Компоненты психического состояния: физический (телесно-поведенческий), эмоциональный (энергетический) и когнитивный.
71. Классификация психических состояний и их характеристика.
72. Понятие и классификация методов регуляции психического состояния.

73. Понятие и причины возникновения стресса в учебной и спортивной деятельности.
74. Стадии стресса, их характеристика.
75. Понятие о посттравматическом стрессе.
76. Формы и методы профилактики стрессовых ситуаций и их негативных последствий.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Ивашко, С.Г. Психология : практикум / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. - 2-е изд., доп. ; Гриф УМО РБ. – Минск : БГУФК, 2023. - 111 с. : ил. - Библиогр.: с. 109.
2. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / Л.В. Марищук, С.Г. Ивашко, Т.В. Кузнецова; под науч. ред. Л. В. Марищук. – Минск: Тесей, 2013. – 776 с.
3. Маклаков, А.Г. Общая психология : учеб. пособие для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2010. – 583 с.
4. Марцинковская, Т. Д. Общая психология : учеб. пособие для вузов / Т.Д. Марцинковская. – М.: Академия, 2010. – 384 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

5. Абрамова, Г. С. Общая психология : учеб. пособие для вузов / Г.С. Абрамова. – 2-е изд. – М. : Академический проект: Мир, 2003. – 496 с.
6. Белановская, О.В. Психология личности / О.В. Белановская. – Минск: БГПУ, 2001. – 226 с.
7. Бороздина, Г. В. Основы психологии и педагогики : учеб. пособие / Г. В. Бороздина. – 2-е изд., стер. – Минск: Гревцов, 2011. – 335 с.
8. Козубовский, В. М. Общая психология : учеб.-метод. пособие / В. М. Козубовский, Н. С. Пашук. – Минск: МИУ, 2007. – 116 с.
9. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – СПб.: Питер, 2005. – 940 с.
10. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Высшее образование, 2005. – 484 с.
11. Психология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. специальностям / под ред. Е.И. Рогова. – М. :Владос, 2005. – 591 с.

Рассмотрены на заседании кафедры протокол №17 от 12.06.2025