

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
кафедрой психологии  
Т.А. Скробут  
12.06.2025

## ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к зачету по учебной дисциплине «*Специальная профессиональная подготовка*» для студентов 1, 2, 3 курсов дневной формы получения образования специальности 6-05-1012-01 «*Физическая культура*» профилизация «*Спортивная психология*» на 2025/2026 учебный год

1. Посетить не менее 80% учебно-тренировочных занятий по СПП, выполнить контрольные нормативы по ОФП не ниже «6 баллов» по среднему показателю (*студенты, имеющие освобождающий документ от занятий по причине сборов и тренировок должны представить отчет о спортивных достижениях за учебный год по форме:*

Дата	Разряд	Название соревнования и место проведения	Достижение на данном соревновании

2. Участвовать во внутренних спортивно-массовых мероприятиях, соревнованиях БГУФК (не менее 3 раз за 1 семестр)
3. Посетить и принимать участие в качестве волонтера в различных культурно-массовых и спортивных мероприятиях, организованных БГУФК (не менее 3 раз за 1 семестр)
4. Предоставить заполненный дневник наблюдений (*наблюдение за соревновательной деятельностью спортсменов различной квалификации, самонаблюдение на тренировках и соревнованиях, анализ работы спортивного психолога и т.д.*) по форме:

Дата	Время	Содержание проделанной работы	Рефлексивный анализ

5. Подобрать комплекс из 5 психогимнастических упражнений способствующих выражению переживаний, эмоций, чувств, посредством движений, мимики, пантомимики, по следующей форме:

№	Описание упражнения	Инструментарий, ОМУ
1.		

6. Участие в сеансах психорегуляции (не менее 50%) с отображением рефлексии в дневник наблюдений по форме:

Дата	Время	Содержание проделанной работы	Рефлексивный анализ

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### ОСНОВНАЯ

1. Ильин, Е. П. Психология спорта : [учебник] / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2016. – 352 с.
2. Спортивная психология : учеб. для академ. бакалавриата / Моск. гор. пед. ун-т ; под общ. ред. В. А. Родионова [и др.]. - М. : Юрайт, 2021. – 367 с.
3. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская. – М. : Спорт, 2020. – 192 с.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

4. Алексеев, А. В. Себя преодолеть! / А. В. Алексеев. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 191 с.
5. Алексеев, А. Г. Система АГИМ – ауто...гипно...идео...моторика / А. В. Алексеев. – М. : [б. и.], 1995. – 88 с.
6. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учеб. пособие / Г. Д. Горбунов. – [5-е изд., испр. и доп.]. – М. : Советский спорт, 2014. – 328 с.
7. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 г. – Минск : НЦПР РБ, 2012. – 400 с.
8. Методики психодиагностики в спорте : учеб. пособие / В. Л. Марищук [и др.]. – 2-е изд., доп. и испр. – М. : Просвещение, 1990. – 257 с.
9. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь, 4 янв. 2014 г., № 125-З : принят Палатой представителей 5 дек. 2013 г. : одобр. Советом Респ. 19 дек. 2013 г. : ред. от 09.01.2018 г., № 92-3 // ЦЛЕХ / Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2021.
10. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов : [хрестоматия] / сост. И. П. Волков. – СПб. : Питер, 2002. – 384 с.
11. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.
12. Цзен, Н. В. Психотренинг: игры и упражнения / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 273 с.

Рассмотрены на заседании кафедры протокол №17 от 12.06.2025