

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Белгородский Валерий Савельевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 19.06.2025 17:22:06  
Уникальный программный ключ:  
8df276ee93e17c18e7bee9e7cad2d0ed9ab82479

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина  
(Технологии. Дизайн. Искусство)»

Институт Социальной инженерии  
Кафедра Физического воспитания

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Психология спорта

|                                                                       |                                                       |                                   |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Уровень образования                                                   | бакалавриат                                           |                                   |
| Направление подготовки                                                | 42.03.01                                              | Реклама и связи с общественностью |
|                                                                       | 42.03.02                                              | Журналистика                      |
|                                                                       | 42.03.04                                              | Телевидение                       |
| Направленность (профиль)                                              | Рекламные технологии в медиаиндустрии                 |                                   |
|                                                                       | Стратегические коммуникации и бренд-аналитика         |                                   |
|                                                                       | Ведение телевизионных программ                        |                                   |
|                                                                       | Мультимедийная журналистика                           |                                   |
| Срок освоения<br>образовательной программы<br>по очной форме обучения | Телевизионные технологии и производство медиапроектов |                                   |
|                                                                       | 4 года                                                |                                   |
| Форма(-ы) обучения                                                    | Очная                                                 |                                   |

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология спорта» основной профессиональной образовательной программы высшего образования, рассмотрены и одобрены на заседании кафедры, протокол № 8 от 06.05.2025 г.

Разработчик рабочей программы учебной дисциплины:

1. Старший преподаватель Д.В. Бяков
2. Старший преподаватель Н.Н. Карелина

Заведующий кафедрой: В.Н. Романов

## **1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Учебная дисциплина «Психология спорта» изучается по очной форме в четвертом семестре.

Курсовая работа – не предусмотрена.

### **1.1. Форма промежуточной аттестации:**

зачет

Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Основой для освоения дисциплины являются результаты обучения по предшествующим дисциплинам и практикам:

- Маркетинговые исследования и ситуационный анализ
- Современные технологии создания медиапродукта
- Интернет-продвижение медиапродукта

Результаты освоения учебной дисциплины в дальнейшем будут использованы при прохождении производственной практики и выполнении выпускной квалификационной работы.

## **2. ЦЕЛИ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Целями освоения дисциплины «Психология спорта» являются:

- Формирование целостного представления о спортивном менеджменте как об основе эффективной организации и функционирования субъектов индустрии спорта.
- Освоение теоретических положений и практических инструментов управления спортивными организациями, мероприятиями и инфраструктурой в современных социально-экономических условиях.
- Развитие управленческого мышления, включая навыки планирования, организации, мотивации и контроля в спортивной сфере.
- Формирование компетенций в области применения цифровых технологий, аналитических подходов и коммуникационных стратегий в системе спортивного управления.
- Подготовка к профессиональной деятельности в сфере спортивного менеджмента, направленной на развитие спортивных проектов, повышение эффективности организаций и продвижение

2.1. Формируемые компетенции, индикаторы достижения компетенций, соотнесённые с планируемыми результатами обучения по дисциплине:

| Код и наименование компетенции                                                                                                                                             | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                       | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ДПК-17<br>Способен применять техники, повышающие эффективность командных и индивидуальных действий спортсменов на основе психологических и социокультурных аспектов спорта | ИД-ДПК-17.1<br>Анализ психологических особенностей спортсменов и спортивных команд на различных этапах спортивной подготовки                               | Студент демонстрирует способность проводить психологический анализ индивидуальных особенностей спортсменов и спортивных команд с учётом этапа спортивной подготовки.<br>Студент умеет использовать методы психодиагностики и анализа для оценки уровня готовности спортсменов и выявления психологических факторов, влияющих на спортивную результативность.<br>Студент владеет приёмами выявления и интерпретации психологических особенностей, характерных для различных возрастных и профессиональных групп спортсменов.              |
|                                                                                                                                                                            | ИД-ДПК-17.2<br>Разработка и реализация плана мероприятий с целью увеличения продуктивности спортивной деятельности и снижению негативных факторов в спорте | Студент демонстрирует способность разрабатывать планы психологического сопровождения с целью повышения продуктивности и устойчивости спортсменов к стрессовым ситуациям.<br>Студент умеет разрабатывать и реализовывать мероприятия по снижению влияния негативных факторов, влияющих на спортивную деятельность, включая профилактику эмоционального выгорания и деструктивных состояний.<br>Студент владеет технологиями психопрофилактики и психокоррекции, направленными на оптимизацию тренировочного и соревновательного процесса. |

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоёмкость учебной дисциплины по учебному плану составляет:

|                           |   |      |    |      |
|---------------------------|---|------|----|------|
| по очной форме обучения – | 3 | з.е. | 96 | час. |
|---------------------------|---|------|----|------|

3.1. Структура учебной дисциплины для обучающихся по видам занятий  
(очная форма обучения)

| Структура и объем дисциплины  |                                |            |                                   |                           |                           |                              |                                          |                                          |                               |
|-------------------------------|--------------------------------|------------|-----------------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------|
| Объем дисциплины по семестрам | форма промежуточной аттестации | всего, час | Контактная аудиторная работа, час |                           |                           |                              | Самостоятельная работа обучающегося, час |                                          |                               |
|                               |                                |            | лекции, час                       | практические занятия, час | лабораторные занятия, час | практическая подготовка, час | курсовая работа                          | самостоятельная работа обучающегося, час | промежуточная аттестация, час |
| 4 семестр                     | зачет                          | 96         | 16                                | 32                        |                           |                              |                                          | 48                                       |                               |
| Всего:                        | зачет                          | 96         | 16                                | 32                        |                           |                              |                                          | 48                                       |                               |

3.2. Структура учебной дисциплины для обучающихся по разделам и темам дисциплины: (очная форма обучения)

| Планируемые<br>(контролируемые)<br>результаты<br>освоения:<br>код(ы)<br>формируемой(ых)<br>компетенции(й) и<br>индикаторов<br>достижения<br>компетенций | Наименование разделов, тем;<br>форма(ы) промежуточной аттестации                                | Виды учебной работы                                 |                              |                                                           |                                 | Самостоятельная<br>работа, час | Виды и формы контрольных<br>мероприятий, обеспечивающие по<br>совокупности текущий контроль<br>успеваемости;<br>формы промежуточного контроля<br>успеваемости |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                                                                                                                                                         |                                                                                                 | Контактная работа                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                 | Лекции, час                                         | Практические<br>занятия, час | Лабораторные<br>работы/<br>индивидуальные<br>занятия, час | Практическая<br>подготовка, час |                                |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Четвертый семестр                                                                               |                                                     |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
| ДПК-17:<br>ИД-ДПК-17.1<br>ИД-ДПК-17.2                                                                                                                   | Раздел I. Теоретические основы психологии спорта                                                | 8                                                   | 16                           |                                                           |                                 | 16                             | Формы текущего контроля<br>по разделу I:<br>Творческое задание<br>Практическая работа                                                                         |    |
|                                                                                                                                                         | Тема 1.1<br>Введение в психологию спорта. Цели, задачи, методы.                                 | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Тема 1.2<br>Психологические особенности личности спортсмена                                     | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Тема 1.3<br>Психические состояния в спортивной деятельности                                     | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Тема 1.4<br>Социально-психологические аспекты спорта                                            | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 1.1<br>Анализ психологического портрета спортсмена                       |                                                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 1.2<br>Определение типов темперамента и волевых качеств у<br>спортсменов |                                                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 1.3<br>Разбор ситуаций: стресс и мобилизация перед<br>соревнованиями     |                                                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 1.4<br>Диагностика микроклимата в спортивной команде                     |                                                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |    |
|                                                                                                                                                         | ДПК-9:<br>ИД-ДПК-9.3<br>ИД-ДПК-9.4                                                              | Раздел II. Прикладные аспекты спортивной психологии | 8                            | 16                                                        |                                 |                                |                                                                                                                                                               | 16 |
| Тема 2.1<br>Психологическая подготовка спортсменов                                                                                                      |                                                                                                 | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
| Тема 2.2<br>Психология спортивной травмы и восстановления                                                                                               |                                                                                                 | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |
| Тема 2.3                                                                                                                                                |                                                                                                 | 2                                                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |    |

| Планируемые<br>(контролируемые)<br>результаты<br>освоения:<br>код(ы)<br>формируемой(ых)<br>компетенции(й) и<br>индикаторов<br>достижения<br>компетенций | Наименование разделов, тем;<br>форма(ы) промежуточной аттестации                                      | Виды учебной работы |                              |                                                           |                                 | Самостоятельная<br>работа, час | Виды и формы контрольных<br>мероприятий, обеспечивающие по<br>совокупности текущий контроль<br>успеваемости;<br>формы промежуточного контроля<br>успеваемости |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                         |                                                                                                       | Контактная работа   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         |                                                                                                       | Лекции, час         | Практические<br>занятия, час | Лабораторные<br>работы/<br>индивидуальные<br>занятия, час | Практическая<br>подготовка, час |                                |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Психологическое сопровождение тренеров и команд                                                       |                     |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Тема 2.4<br>Медиа, болельщики и психологическая устойчивость спортсмена                               | 2                   |                              |                                                           |                                 |                                |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 2.1<br>Разработка фрагмента программы психологической подготовки               |                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 2.2<br>Психокоррекция после травмы: составление плана сопровождения            |                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 2.3<br>Имитация тренерского совещания с психологом                             |                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Практическое занятие № 2.4<br>Анализ кейсов: давление медиа и влияние соцсетей на ментальное здоровье |                     | 4                            |                                                           |                                 | 4                              |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | Зачет                                                                                                 |                     |                              |                                                           |                                 | 16                             | Защита мини-проект                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                         | ИТОГО за пятый семестр                                                                                | 16                  | 32                           |                                                           |                                 | 48                             |                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                         | ИТОГО за весь период                                                                                  | 16                  | 32                           |                                                           |                                 | 48                             |                                                                                                                                                               |

## 3.3. Краткое содержание учебной дисциплины

| № п/п            | Наименование раздела и темы дисциплины              | Содержание раздела (темы)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел I</b>  | <b>Теоретические основы психологии спорта</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Тема 1.1         | Введение в психологию спорта. Цели, задачи, методы. | Понятия, предмет и структура психологии спорта как научной дисциплины. Студенты знакомятся с целями и задачами спортивной психологии, её связью с другими областями (общей, возрастной, социальной психологией, физиологией, педагогикой). Также изучаются основные методы, используемые в спортивно-психологической практике: наблюдение, интервью, анкетирование, психодиагностика, тестирование и психотренинг.                    |
| Тема 1.2         | Психологические особенности личности спортсмена     | Анализ психологических характеристик, свойственных личности спортсмена. Рассматриваются индивидуально-типологические особенности (темперамент, характер, мотивация, уровень притязаний), волевые качества, самооценка, уровень тревожности и направленность личности. Особое внимание уделяется формированию устойчивости, мотивации к достижению, соревновательной установки и саморегуляции.                                        |
| Тема 1.3         | Психические состояния в спортивной деятельности     | Ключевые психические состояния, возникающие в процессе тренировок и соревнований: стресс, тревожность, возбуждение, утомление, эмоциональное напряжение. Рассматривается их влияние на эффективность деятельности спортсмена, механизмы адаптации и саморегуляции. Анализируются способы психокоррекции и тренировки устойчивости к неблагоприятным факторам.                                                                         |
| Тема 1.4         | Социально-психологические аспекты спорта            | Влияние социальной среды на психологическое состояние спортсмена. Рассматриваются процессы взаимодействия в спортивной команде, феномены групповой динамики, лидерства, сплочённости и конфликта. Анализируется роль тренера, семьи, болельщиков и СМИ в формировании психологической атмосферы и поведения спортсмена. Особое внимание уделяется коммуникации и межличностным отношениям в спортивной среде.                         |
| <b>Раздел II</b> | <b>Прикладные аспекты спортивной психологии</b>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Тема 2.1         | Психологическая подготовка спортсменов              | Цели, задачи и этапы психологической подготовки спортсменов, включая тренировочную, предсоревновательную и послесоревновательную фазы. Изучаются методы формирования мотивации, концентрации внимания, волевых качеств и стрессоустойчивости. Акцент делается на индивидуализацию психологических программ, развитие саморегуляции и ментальной тренировки как ключевых инструментов повышения эффективности спортивной деятельности. |
| Тема 2.2         | Психология спортивной травмы и восстановления       | Психологические аспекты переживания и преодоления спортивных травм. Анализируются эмоциональные реакции спортсменов на физическое повреждение, этапы психологической адаптации, страх рецидива, изменение самооценки и мотивации. Особое внимание уделяется роли спортивного психолога в процессе реабилитации, восстановлении уверенности и возвращении к тренировочному процессу.                                                   |

|          |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 2.3 | Психологическое сопровождение тренеров и команд             | Особенности взаимодействия спортивного психолога с тренерами и командами. Рассматриваются методы повышения эффективности командной работы, разрешения внутриколлективных конфликтов, поддержания психологического климата и эмоционального баланса. Также освещается тема профессионального выгорания тренеров и способы его профилактики, включая индивидуальное и групповое консультирование.    |
| Тема 2.4 | Медиа, болельщики и психологическая устойчивость спортсмена | Анализ влияния внешней информационной среды — медиа, социальных сетей и болельщиков — на психологическое состояние спортсменов. Обсуждаются вопросы формирования публичного образа, давления ожиданий, кибербуллинга и кризисов в связи с публичными неудачами. Также рассматриваются стратегии сохранения психологической устойчивости, медиаграмотности и умения работать с вниманием аудитории. |

### 3.4. Организация самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студента – обязательная часть образовательного процесса, направленная на развитие готовности к профессиональному и личностному самообразованию, на проектирование дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры.

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине организована как совокупность аудиторных и внеаудиторных занятий и работ, обеспечивающих успешное освоение дисциплины.

Аудиторная самостоятельная работа обучающихся по дисциплине выполняется на учебных занятиях под руководством преподавателя и по его заданию. Аудиторная самостоятельная работа обучающихся входит в общий объем времени, отведенного учебным планом на аудиторную работу, и регламентируется расписанием учебных занятий.

Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся – планируемая учебная, научно-исследовательская, практическая работа обучающихся, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия, расписанием учебных занятий не регламентируется.

Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся включает в себя:

- подготовку к лекциям и практическим занятиям;
- изучение учебных пособий;
- изучение теоретического и практического материала по рекомендованным источникам;
- написание тематических докладов и рефератов на проблемные темы;
- подготовка к собеседованию;
- выполнение ситуативных заданий и кейсов;
- проведение исследовательских работ;
- написание эссе;
- подготовка к промежуточной аттестации в течение семестра.

Самостоятельная работа обучающихся с участием преподавателя в форме иной контактной работы предусматривает групповую и (или) индивидуальную работу с обучающимися и включает в себя:

- проведение консультаций перед зачетом;
- индивидуальные консультации по организации самостоятельного изучения отдельных разделов/тем, базовых понятий учебной дисциплины.

### 3.5. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

При реализации программы учебной дисциплины электронное обучение и дистанционные образовательные технологии применяются.

Реализация программы учебной дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий регламентируется действующими локальными актами университета.

В электронную образовательную среду перенесены отдельные виды учебной деятельности:

| использование<br>ЭО и ДОТ | использование ЭО и ДОТ | объем,<br>час | включение в учебный<br>процесс                     |
|---------------------------|------------------------|---------------|----------------------------------------------------|
| смешанное<br>обучение     | лекции                 |               | в соответствии с<br>расписанием учебных<br>занятий |
|                           | практические занятия   |               |                                                    |

#### 4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ, СИСТЕМА И ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ

##### 4.1. Соотнесение планируемых результатов обучения с уровнями сформированности компетенции(й).

| Уровни сформированности компетенции(-й) | Итоговое количество баллов в 100-балльной системе по результатам текущей и промежуточной аттестации | Оценка в пятибалльной системе по результатам текущей и промежуточной аттестации | ДПК-17<br>ИД-ДПК-17.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ДПК-9<br>ИД-ДПК-17.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| высокий                                 |                                                                                                     | отлично                                                                         | Умеет всесторонне и глубоко анализировать психологические особенности спортсменов и команд на всех этапах спортивной подготовки, выявляя ключевые факторы влияния на эффективность деятельности. Уверенно применяет современные техники и методики для повышения результативности как индивидуальных спортсменов, так и командных взаимодействий, учитывая психологические и социокультурные аспекты. Способен адаптировать подходы под конкретные ситуации и добиваться устойчивых положительных результатов. | Разрабатывает и реализует комплексные и обоснованные планы мероприятий, направленные на повышение продуктивности спортивной деятельности и снижение негативных факторов с учётом психологических и социокультурных особенностей спортсменов и команд. Уверенно использует современные методы и техники, адаптирует стратегии под конкретные условия, демонстрируя высокую эффективность и системный подход. Способен анализировать результаты и вносить корректировки для оптимизации процессов. |
| повышенный                              |                                                                                                     | хорошо                                                                          | Выполняет анализ психологических особенностей спортсменов и команд с достаточной полнотой, выделяя основные аспекты, влияющие на спортивную подготовку. Применяет эффективные техники повышения продуктивности в большинстве случаев, демонстрируя понимание психологических и социокультурных факторов. Допускает незначительные неточности или упущения в деталях, но в целом умеет адаптировать методы к условиям спортивной практики.                                                                      | Создаёт рабочие планы мероприятий, учитывающие основные психологические и социокультурные аспекты, направленные на улучшение продуктивности и минимизацию негативных факторов. Реализация плана проводится с небольшими недостатками, не влияющими существенно на общий результат. Демонстрирует способность применять практические инструменты, хотя иногда требует дополнительной доработки или адаптации.                                                                                     |

|         |  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------|--|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| базовый |  | удовлетворительно   | Осуществляет базовый анализ психологических характеристик спортсменов и команд, затрагивая основные моменты, но без глубокого осмысления и системности. Использует стандартные техники повышения эффективности, однако не всегда учитывает индивидуальные или социокультурные особенности. Способен работать с типовыми ситуациями, но затрудняется при необходимости адаптации методов под конкретные условия.                                  | Разрабатывает планы мероприятий на базовом уровне, охватывая ключевые задачи, но с ограниченным учётом специфики психологических и социокультурных факторов. Реализация плана носит фрагментарный характер, с пропусками важных элементов или недостаточной эффективностью. Требуется поддержка и корректировка со стороны преподавателя или наставника.                                                            |
| низкий  |  | неудовлетворительно | Не способен выполнить полноценный анализ психологических особенностей спортсменов и команд, либо анализ поверхностен и фрагментарен. Не применяет или некорректно использует техники повышения эффективности индивидуальной и командной работы, игнорируя психологические и социокультурные аспекты. Отсутствует системное понимание и практические навыки, что препятствует успешной реализации профессиональной деятельности в данной области. | Не способен разработать и реализовать адекватный план мероприятий, учитывающий особенности спортивной деятельности и связанные психологические и социокультурные аспекты. План либо отсутствует, либо не имеет практической значимости, что приводит к неэффективному управлению продуктивностью и отсутствию контроля негативных факторов. Не проявляет системного подхода и необходимых профессиональных навыков. |

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ, ВКЛЮЧАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

При проведении контроля самостоятельной работы обучающихся, текущего контроля и промежуточной аттестации по учебной дисциплине «Психология спорта» проверяется уровень сформированности у обучающихся компетенций и запланированных результатов обучения по дисциплине, указанных в разделе 2 настоящей программы.

## 5.1. Формы текущего контроля успеваемости, примеры типовых заданий:

| № пп | Формы текущего контроля | Примеры типовых заданий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1    | Творческое задание      | <p>Медийный проект «Психология Победы»</p> <p>Цель задания:</p> <p>Сформировать у студентов понимание роли психологии в спортивной деятельности через создание медийного продукта, популяризирующего психологические аспекты спорта среди широкой аудитории.</p> <p>Задание:</p> <p>Разработайте информационно-медийный проект, направленный на освещение темы психологической подготовки спортсменов. Проект должен быть реализован в одном из следующих форматов (на выбор):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• видеоролик (до 5 минут);</li> <li>• подкаст/аудиоинтервью;</li> <li>• инфографика или серия постов для соцсетей;</li> <li>• интерактивный материал для сайта или блога;</li> <li>• мини-документальный сюжет.</li> </ul> <p>Темы на выбор (можно предложить свою, согласовав с преподавателем):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Как спортсмены справляются со стрессом перед соревнованиями?</li> <li>2. Психология тренера: как он влияет на мотивацию команды?</li> <li>3. Спортивное выгорание: как его избежать?</li> <li>4. Работа спортивного психолога: мифы и реальность.</li> <li>5. Как медиа могут поддержать (или разрушить) психологическое состояние спортсмена?</li> <li>6. Психология травмы: путь к возвращению в спорт.</li> </ol> <p>Требования к проекту:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основание на психологических концепциях и подходах, изученных в рамках курса;</li> <li>• Достоверность и корректность информации;</li> <li>• Креативность подачи материала;</li> <li>• Применение профессиональных навыков медиакommunikации (монтаж, сценарий, дизайн, структура и т. д.);</li> <li>• Указание используемых источников (научных, журналистских, интервью и др.).</li> </ul> |

| № пп | Формы текущего контроля | Примеры типовых заданий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      |                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 2    | Практическая работа     | <p>“В кадре и вне игры: психология спорта глазами медиа”</p> <p>Цель задания:<br/>Осмыслить роль медиа в формировании общественного образа спортсменов и раскрыть психологические аспекты спорта через призму журналистики, рекламы и телевидения.</p> <p>Суть задания:<br/>Создайте медиапродукт, раскрывающий психологические стороны спортивной жизни, ориентированный на массовую аудиторию.<br/>Выберите один из предложенных форматов:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Журналистское расследование / репортаж<br/><i>Тема:</i> «Как давление медиа влияет на ментальное здоровье спортсменов»<br/><i>Формат:</i> текст (до 3000 знаков) или видеосюжет (до 5 минут)</li> <li>2. Социальная рекламная кампания<br/><i>Тема:</i> «Психологическая устойчивость — скрытая сторона победы»<br/><i>Формат:</i> серия плакатов, видеоролик, сценарий радиоролика, концепт кампании</li> <li>3. Телевизионное интервью или ток-шоу<br/><i>Тема:</i> «Спорт и эмоции: путь к победе через психологию»<br/><i>Формат:</i> смоделированная передача (сценарий или видеозапись до 7 минут)</li> </ol> <p>Ключевые аспекты, которые необходимо отразить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• влияние стресса, тревоги, выгорания, медиа-критики на спортсменов;</li> <li>• роль спортивного психолога;</li> <li>• проблема табу на ментальное здоровье в спортивной среде;</li> <li>• взаимодействие спортсменов — тренер — публика — медиа;</li> <li>• примеры из реальной практики (интервью, кейсы, статистика).</li> </ul> |

| № пп | Формы текущего контроля | Примеры типовых заданий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3    | <b>Мини-проект</b>      | <p>«Ментальная игра: Психология спорта в медиапространстве»</p> <p>Цель проекта:<br/>Разработать и реализовать медиапродукт, направленный на развитие общественного понимания психологических аспектов спорта, а также на дестигматизацию тем, связанных с ментальным здоровьем спортсменов.</p> <p>Задание:<br/>Создайте мини-проект, освещающий одну из актуальных тем спортивной психологии в медиаформате. Проект может быть выполнен индивидуально или в группе (до 3 человек).</p> <p>Примерные темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Психологическое давление на спортсменов: цена победы»</li> <li>• «Как медиа влияют на самооценку и мотивацию спортсмена»</li> <li>• «Психология фанатов: кто на кого влияет — спортсмен или публика?»</li> <li>• «Психолог в команде: герой за кадром»</li> <li>• «Спорт и эмоции: победы, поражения и путь к себе»</li> </ul> <p>Возможные форматы реализации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Видеоролик / сюжет / интервью (до 5 минут)</li> <li>• Социальная реклама / digital-баннер / слоган + визуал</li> <li>• Серия сторис / Reels / постов для Instagram или VK</li> <li>• Подкаст / аудиointerview (до 10 минут)</li> <li>• Медиа-дайджест / инфографика с анализом кейсов</li> </ul> <p>Обязательные элементы проекта:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Краткое обоснование выбранной темы и цели проекта (до 200 слов)</li> <li>2. Освещение проблемы с позиции психологии спорта (с опорой на изученный материал)</li> <li>3. Подбор достоверных источников (интервью, научные статьи, реальные кейсы)</li> <li>4. Качественный медиаконтент, адаптированный под выбранный формат и ЦА</li> <li>5. Презентация проекта в виде готового продукта + пояснительная записка (до 1 стр.)</li> </ol> |

## 5.2. Критерии, шкалы оценивания текущего контроля успеваемости:

| Наименование<br>оценочного<br>средства<br>(контрольно-<br>оценочного<br>мероприятия) | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Шкалы оценивания        |                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 100-балльная<br>система | Пятибалльная<br>система |
| Творческое задание                                                                   | Проект раскрывает выбранную психологическую тему глубоко и точно, демонстрируя ясную логику и убедительную аргументацию. В подаче материала проявляется оригинальный творческий подход, который делает контент интересным и запоминающимся. Используются актуальные научные концепции и подходы, подкрепленные релевантными примерами. Техническое исполнение медиапродукта безупречно — монтаж, структура, визуальное и звуковое оформление на высоком уровне. Информация достоверна, проверена, все источники оформлены корректно и полно. |                         | 5                       |
|                                                                                      | Проект в целом корректно раскрывает тему, но с некоторой поверхностностью или незначительными пробелами в раскрытии вопросов. Материал подан интересно, хотя и без выраженной креативности. В работе присутствуют основные научные подходы из курса, но примеры или пояснения могли бы быть более развёрнутыми. Техническая реализация качественная, однако встречаются мелкие недочёты в структуре или оформлении. Информация в основном достоверна, есть ссылки на источники, но оформление иногда неполное.                               |                         | 4                       |
|                                                                                      | Проект лишь частично затрагивает заявленную тему, в изложении заметны ошибки или недостаточное понимание психологических аспектов. Использование теоретического материала фрагментарно или формально, с редкими или слабыми примерами. подача материала стандартная, без оригинальных решений, техническое качество медиапродукта среднее — структура слабая, монтаж и дизайн оставляют желать лучшего. В работе встречаются фактические неточности, источники указаны неполно или нечетко.                                                  |                         | 3                       |
|                                                                                      | Проект не раскрывает тему или содержит серьёзные ошибки и искажения информации. Отсутствует опора на научные концепции и базовые знания дисциплины. подача материала неоригинальна, скучна и формальна, техническое исполнение низкого качества, затрудняющее восприятие контента. Информация недостоверна или не проверена, ссылки на источники отсутствуют или указаны                                                                                                                                                                     |                         | 2                       |

| Наименование<br>оценочного<br>средства<br>(контрольно-<br>оценочного<br>мероприятия) | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Шкалы оценивания        |                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 100-балльная<br>система | Пятибалльная<br>система |
|                                                                                      | неверно.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                         |                         |
| Практическая работа                                                                  | Проект глубоко и всесторонне раскрывает психологические аспекты спортивной жизни через призму влияния медиа. Материал логично структурирован, использованы достоверные данные, актуальные примеры, интервью и статистика. Проявлен высокий уровень креативности и профессионализма в выбранном формате — будь то журналистское расследование, социальная реклама или телевизионное ток-шоу. Отражены ключевые темы: стресс, тревога, выгорание, роль спортивного психолога и проблема табу на ментальное здоровье. Информация подана доступно и убедительно, с корректным оформлением источников. |                         | 5                       |
|                                                                                      | Проект раскрывает выбранные аспекты психологической стороны спорта и медиа, однако глубина проработки темы может быть недостаточной или с некоторыми упущениями. Используются примеры и статистика, но они менее убедительны или представлены фрагментарно. Подача материала интересна, но креативность и профессиональная реализация немного уступают. Все ключевые темы затронуты, но некоторые раскрыты поверхностно. Источники указаны частично или оформлены не полностью.                                                                                                                   |                         | 4                       |
|                                                                                      | Проект затрагивает основные психологические аспекты и влияние медиа на спортсменов, но содержание часто поверхностное или частично некорректное. Примеры и данные приводятся не всегда уместно, отсутствует системность в изложении. Подача материала стандартная, без выраженного творческого подхода, техническая реализация средняя. Некоторые ключевые темы либо отсутствуют, либо раскрыты очень кратко. Оформление и ссылки на источники нечеткие или неполные.                                                                                                                             |                         | 3                       |
|                                                                                      | Проект не раскрывает или искажает заявленную тему, содержит серьезные ошибки и недостатки в понимании психологии спорта и роли медиа. Материал не структурирован, отсутствует логика и аргументация. Примеры и статистика отсутствуют или неверны. Творческий и профессиональный уровень подачи крайне низкий — текст или видео трудно воспринимать. Ключевые аспекты                                                                                                                                                                                                                             |                         | 2                       |

| Наименование<br>оценочного<br>средства<br>(контрольно-<br>оценочного<br>мероприятия) | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Шкалы оценивания        |                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
|                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 100-балльная<br>система | Пятибалльная<br>система |
|                                                                                      | полностью игнорируются, источники не указаны или недостоверны.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                         |
| Мини-проект                                                                          | Проект полностью раскрывает выбранную тему, демонстрируя глубокое понимание психологических аспектов спорта и медиа. Цель проекта сформулирована чётко и обоснованно. Материал основан на достоверных источниках — научных статьях, интервью и реальных кейсах. Медиапродукт выполнен профессионально, творчески и адаптирован под целевую аудиторию. Пояснительная записка содержит ёмкое, логичное и полное пояснение по теме и реализации проекта. Проект способствует дестигматизации ментального здоровья спортсменов и развивает общественное понимание темы. |                         | 5                       |
|                                                                                      | Проект раскрывает тему, но с некоторыми упущениями или поверхностностью. Цель сформулирована, но обоснование может быть недостаточно развёрнутым. Использованы в основном достоверные источники, однако подбор примеров или кейсов ограничен. Медиаформат реализован качественно, но с небольшими недостатками в креативности или адаптации под ЦА. Пояснительная записка информативна, но не полностью раскрывает все аспекты проекта. Проект способствует пониманию темы, но влияние на дестигматизацию выражено слабее.                                          |                         | 4                       |
|                                                                                      | Проект затрагивает тему, но раскрытие её поверхностно или с неточностями. Обоснование цели проекта есть, но оно слабое или частично не соответствует содержанию. Источники информации указаны неполно или с сомнительной достоверностью. Качество медиапродукта среднее — технически и креативно есть недостатки, адаптация под ЦА ограничена. Пояснительная записка неполная, неясная или формальная. Влияние проекта на общественное понимание и дестигматизацию минимально.                                                                                      |                         | 3                       |
|                                                                                      | Проект не раскрывает заявленную тему, содержит серьёзные ошибки или искажения. Цель проекта не сформулирована или не соответствует содержанию. Источники не приведены или недостоверны. Медиапродукт выполнен низко качественно — технически неработоспособен, скучен, не адаптирован под аудиторию. Пояснительная записка отсутствует или неинформативна. Проект не                                                                                                                                                                                                |                         | 2                       |

| Наименование<br>оценочного<br>средства<br>(контрольно-<br>оценочного<br>мероприятия) | Критерии оценивания                                             | Шкалы оценивания        |                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|
|                                                                                      |                                                                 | 100-балльная<br>система | Пятибалльная<br>система |
|                                                                                      | способствует пониманию темы и не решает задачи дестигматизации. |                         |                         |

### 5.3. Промежуточная аттестация:

| Форма промежуточной<br>аттестации | Типовые контрольные задания и иные материалы<br>для проведения промежуточной аттестации:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Зачет                             | <p>«Ментальная игра: Психология спорта в медиапространстве»</p> <p>Цель проекта:<br/>Разработать и реализовать медиапродукт, направленный на развитие общественного понимания психологических аспектов спорта, а также на дестигматизацию тем, связанных с ментальным здоровьем спортсменов.</p> <p>Задание:<br/>Создайте мини-проект, освещающий одну из актуальных тем спортивной психологии в медиаформате. Проект может быть выполнен индивидуально или в группе (до 3 человек).</p> <p>Примерные темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Психологическое давление на спортсменов: цена победы»</li> <li>• «Как медиа влияют на самооценку и мотивацию спортсмена»</li> <li>• «Психология фанатов: кто на кого влияет — спортсмен или публика?»</li> <li>• «Психолог в команде: герой за кадром»</li> <li>• «Спорт и эмоции: победы, поражения и путь к себе»</li> </ul> <p>Возможные форматы реализации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Видеоролик / сюжет / интервью (до 5 минут)</li> <li>• Социальная реклама / digital-баннер / слоган + визуал</li> <li>• Серия сторис / Reels / постов для Instagram или VK</li> <li>• Подкаст / аудиointервью (до 10 минут)</li> <li>• Медиа-дайджест / инфографика с анализом кейсов</li> </ul> <p>Обязательные элементы проекта:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Краткое обоснование выбранной темы и цели проекта (до 200 слов)</li> <li>7. Освещение проблемы с позиции психологии спорта (с опорой на изученный материал)</li> </ol> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | 8. Подбор достоверных источников (интервью, научные статьи, реальные кейсы)<br>9. Качественный медиаконтент, адаптированный под выбранный формат и ЦА<br>10. Презентация проекта в виде готового продукта + пояснительная записка (до 1 стр.)<br>• |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 5.4. Критерии, шкалы оценивания промежуточной аттестации учебной дисциплины:

| Форма промежуточной аттестации | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Шкалы оценивания     |                      |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|
|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 100-балльная система | Пятибалльная система |
| Зачет:<br>Защита мини-проекта  | Студент(ы) уверенно и грамотно представляют цель, тему и содержание проекта, демонстрируя глубокое понимание психологических аспектов спорта и медиа. Ответы на вопросы чёткие, аргументированные и полные. Защита структурирована, изложение логично и убедительно. Продемонстрирована способность связать теоретический материал курса с практической частью проекта. Участники защиты проявляют инициативу, критическое мышление и творческий подход. |                      | зачтено              |
|                                | Студент(ы) достаточно полно представляют проект, раскрывая основные идеи и цели, но с незначительными пробелами в глубине понимания или аргументации. Ответы на вопросы точные, но иногда краткие или не полностью развёрнутые. Структура защиты логична, но местами недостаточно связная. Связь теории и практики прослеживается, однако с меньшей убедительностью. Проявлена заинтересованность и готовность обсуждать проект.                         |                      | зачтено              |
|                                | Презентация проекта выполнена, но раскрытие темы поверхностное или частично неполное. Ответы на вопросы содержат ошибки, неуверенны или уклончивы. Защита слабо структурирована, изложение не всегда понятно и логично. Связь теоретического материала и практики выражена слабо. Проявляется базовое понимание, но недостаток подготовки и глубины анализа очевиден.                                                                                    |                      | зачтено              |

| Форма промежуточной аттестации   | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Шкалы оценивания     |                      |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|
| Наименование оценочного средства |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 100-балльная система | Пятибалльная система |
|                                  | Проект представлен плохо или не представлен вовсе, тема раскрыта недостаточно или неверно. Ответы на вопросы отсутствуют, поверхностны или ошибочны. Защита неструктурирована, изложение неясно и непоследовательно. Нет связи с теоретическим материалом курса. Проявлена слабая подготовка, отсутствие понимания темы и неспособность аргументировать свои идеи. |                      | Не зачтено           |

#### 5.5. Примерные темы курсовой работы:

Не предусмотрена

### 5.6. Система оценивания результатов текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.

| Форма контроля                   | 100-балльная система | Пятибалльная система  |
|----------------------------------|----------------------|-----------------------|
| Текущий контроль:                |                      |                       |
| - ситуационное задание           |                      | 2 – 5                 |
| - доклад                         |                      | 2 – 5                 |
| - творческое задание             |                      | 2 – 5                 |
| - эссе                           |                      | 2 – 5                 |
| <b>Итого за семестр</b><br>зачет |                      | Зачтено<br>Не зачтено |

Полученный совокупный результат конвертируется в пятибалльную систему оценок в соответствии с таблицей:

| 100-балльная система | пятибалльная система                             |            |
|----------------------|--------------------------------------------------|------------|
|                      | зачет с оценкой/экзамен                          | зачет      |
| 85 – 100 баллов      | отлично<br>зачтено (отлично)                     | зачтено    |
| 65 – 84 баллов       | хорошо<br>зачтено (хорошо)                       |            |
| 41 – 64 баллов       | удовлетворительно<br>зачтено (удовлетворительно) |            |
| 0 – 40 баллов        | неудовлетворительно                              | не зачтено |

## 6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Реализация программы предусматривает использование в процессе обучения следующих образовательных технологий:

- проблемная лекция;
- проектная деятельность;
- интерактивная лекция;
- групповая дискуссия;
- мастер-классы специалистов и работодателей;
- анализ ситуаций и имитационных моделей;
- поиск и обработка информации с использованием сети Интернет;
- дистанционные образовательные технологии;
- применение электронного обучения;
- просмотр рекламных материалов с их последующим анализом;
- использование на лекционных занятиях видеоматериалов и наглядных пособий;
- самостоятельная работа в системе компьютерного тестирования;
- обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);
- технологии с использованием игровых методов: ролевых, деловых игр.

## **7. ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

Практическая подготовка в рамках учебной дисциплины реализуется при проведении практических занятий, предусматривающих участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Проводятся отдельные занятия лекционного типа, которые предусматривают передачу учебной информации обучающимся, которая необходима для последующего выполнения курсовой работы.

## **8. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов используются подходы, способствующие созданию безбарьерной образовательной среды: технологии дифференциации и индивидуального обучения, применение соответствующих методик по работе с инвалидами, использование средств дистанционного общения, проведение дополнительных индивидуальных консультаций по изучаемым теоретическим вопросам и практическим занятиям, оказание помощи при подготовке к промежуточной аттестации.

При необходимости рабочая программа дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса лицам с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения.

Учебные и контрольно-измерительные материалы представляются в формах, доступных для изучения студентами с особыми образовательными потребностями с учетом нозологических групп инвалидов:

Для подготовки к ответу на практическом занятии, студентам с ограниченными возможностями здоровья среднее время увеличивается по сравнению со средним временем подготовки обычного студента.

Для студентов с инвалидностью или с ограниченными возможностями здоровья форма проведения текущей и промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

Промежуточная аттестация по дисциплине может проводиться в несколько этапов в форме рубежного контроля по завершению изучения отдельных тем дисциплины. При необходимости студенту предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся создаются, при необходимости, фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Характеристика материально-технического обеспечения дисциплины составляется в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Материально-техническое обеспечение *дисциплины* при обучении с использованием традиционных технологий обучения.

| Наименование учебных аудиторий, лабораторий, мастерских, библиотек, спортзалов, помещений для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и т.п. | Оснащенность учебных аудиторий, лабораторий, мастерских, библиотек, спортивных залов, помещений для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и т.п. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>115419, г. Москва, ул. Донская 39, строение 4, учебный корпус 6</b>                                                                                               |                                                                                                                                                                            |
| аудитории для проведения занятий лекционного типа                                                                                                                    | комплект учебной мебели, технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории:<br>– ноутбук;<br>– проектор;<br>– экран           |
| аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации                                 | комплект учебной мебели, технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории:<br>– ноутбук;<br>– проектор;<br>– экран           |
| <b>Помещения для самостоятельной работы обучающихся</b>                                                                                                              | <b>Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся</b>                                                                                                       |
| читальный зал библиотеки:                                                                                                                                            | – компьютерная техника, подключенная к сети «Интернет»                                                                                                                     |

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины при обучении с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

| Необходимое оборудование                                                                   | Параметры                       | Технические требования                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Персональный компьютер/ноутбук/планшет, камера, микрофон, динамики, доступ в сеть Интернет | Веб-браузер                     | Версия программного обеспечения не ниже: Chrome 72, Opera 59, Firefox 66, Edge 79, Яндекс.Браузер 19.3 |
|                                                                                            | Операционная система            | Версия программного обеспечения не ниже: Windows 7, macOS 10.12 «Sierra», Linux                        |
|                                                                                            | Веб-камера                      | 640x480, 15 кадров/с                                                                                   |
|                                                                                            | Микрофон                        | любой                                                                                                  |
|                                                                                            | Динамики (колонки или наушники) | любые                                                                                                  |
|                                                                                            | Сеть (интернет)                 | Постоянная скорость не менее 192 кБит/с                                                                |

Технологическое обеспечение реализации дисциплины осуществляется с использованием элементов электронной информационно-образовательной среды университета.

**10. МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Авторы</b>                                                      | <b>Название</b>                                | <b>Издательство</b>               | <b>Год издания</b> | <b>Вид издания<br/>(учебник,<br/>учебное<br/>пособие,<br/>методическое<br/>пособие,<br/>методические<br/>указания,<br/>монография,<br/>курс лекций ...)</b> | <b>Адрес сайта ЭБС<br/>или другого<br/>электронного<br/>ресурса</b>       | <b>Кол-во экз. в<br/>библио-теке</b> |
|------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1.               | А. Е. Ловягина,<br>Н. Л. Ильина,<br>С. В. Меднико<br>Е. Е. Хвацкая | Психология физической<br>культуры и спорта     | Москва :<br>Издательство<br>Юрайт | 2025               | Учебник                                                                                                                                                     | <a href="https://urait.ru/bcode/560624">https://urait.ru/bcode/560624</a> | -                                    |
| 2.               | Серова, Л. К.                                                      | Психология личности<br>спортсмена              | Москва :<br>Издательство<br>Юрайт | 2025               | Учебник                                                                                                                                                     | <a href="https://urait.ru/bcode/557488">https://urait.ru/bcode/557488</a> | -                                    |
| 3.               | Матвеев Л.П.                                                       | Общая теория спорта и<br>ее прикладные аспекты | Москва: Спорт                     | 2020               | Учебник                                                                                                                                                     | -                                                                         | -                                    |
| 4.               | Домнин, В. Н.                                                      | Брендинг                                       | Москва :<br>Издательство<br>Юрайт | 2025               | Учебник                                                                                                                                                     | <a href="https://urait.ru/bcode/559113">https://urait.ru/bcode/559113</a> | -                                    |
| 5.               | Карпова, С. В.                                                     | Брендинг                                       | Москва :<br>Издательство<br>Юрайт | 2023               | Учебник                                                                                                                                                     | <a href="https://urait.ru/bcode/532697">https://urait.ru/bcode/532697</a> | -                                    |
| 6.               | Боголюбова,<br>Н. М.                                               | Геополитика спорта и<br>основы спортивной      | Москва :<br>Издательство          | 2025               | Учебник                                                                                                                                                     | <a href="https://urait.ru/bcode/564214">https://urait.ru/bcode/564214</a> | -                                    |

|    |                       |                                                        |                                   |      |         |                                                                           |   |
|----|-----------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------|------|---------|---------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                       | дипломатии                                             | Юрайт                             |      |         |                                                                           |   |
| 7. | Тульчинский,<br>Г. Л. | Бренд-менеджмент.<br>Брендинг и работа с<br>персоналом | Москва :<br>Издательство<br>Юрайт | 2025 | Учебник | <a href="https://urait.ru/bcode/562694">https://urait.ru/bcode/562694</a> | - |
| 8. | Мяконьков,<br>В. Б.   | Спортивный маркетинг                                   | Москва :<br>Издательство<br>Юрайт | 2025 | Учебник | <a href="https://urait.ru/bcode/566359">https://urait.ru/bcode/566359</a> | - |

## 11. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

### 11.1. Ресурсы электронной библиотеки, информационно-справочные системы и профессиональные базы данных:

Ресурсы электронной библиотеки

- **ЭБС Znanium.com** научно-издательского центра «Инфра-М» <http://znanium.com/> (учебники и учебные пособия, монографии, сборники научных трудов, научная периодика, профильные журналы, справочники, энциклопедии);  
**Электронные издания «РГУ им. А.Н. Косыгина» на платформе ЭБС «Znanium.com»** <http://znanium.com/> (электронные ресурсы: монографии, учебные пособия, учебно-методическими материалы, выпущенными в Университете за последние 10 лет);
- **ООО «ИВИС»** <https://dlib.eastview.com> (электронные версии периодических изданий ООО «ИВИС»);
- **Web of Science** <http://webofknowledge.com/> (обширная международная универсальная реферативная база данных);
- **Scopus** <https://www.scopus.com> (международная универсальная реферативная база данных, индексирующая более 21 тыс. наименований научно-технических, гуманитарных и медицинских журналов, материалов конференций примерно 5000 международных издательств);
- **«SpringerNature»** <http://www.springernature.com/gp/librarians> (международная издательская компания, специализирующаяся на издании академических журналов и книг по естественнонаучным направлениям);
- **Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU** <https://elibrary.ru> (крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования);
- **ООО «Национальная электронная библиотека» (НЭБ)** <http://нэб.рф/> (объединенные фонды публичных библиотек России федерального, регионального, муниципального уровня, библиотек научных и образовательных учреждений);
- **«НЭИКОН»** <http://www.neicon.ru/> (доступ к современной зарубежной и отечественной научной периодической информации по гуманитарным и естественным наукам в электронной форме);
- **«Polpred.com Обзор СМИ»** <http://www.polpred.com> (статьи, интервью и др. информмагистров и деловой прессы за 15 лет).

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

- [http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat\\_main/rosstat/ru/statistics/databases/](http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/databases/);
- <http://www.scopus.com/>;
- <http://elibrary.ru/defaultx.asp>;
- <http://www.garant.ru/>;
- <http://www.onestopenglish.com>
- <http://lessons.study.ru>
- <http://www.wikipedia.org>
- <http://www.idoceonline.com>
- <http://www.english.ru>
- <http://study-english.info>
- <http://oup.com/elt/result>

| № пп | Электронные учебные издания, электронные образовательные ресурсы                                                                    |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.   | ЭБС «Лань» <a href="http://www.e.lanbook.com/">http://www.e.lanbook.com/</a>                                                        |
| 2.   | «Znanium.com» научно-издательского центра «Инфра-М»<br><a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a>                        |
| 3.   | Электронные издания «РГУ им. А.Н. Косыгина» на платформе ЭБС «Znanium.com»<br><a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a> |
| 4.   |                                                                                                                                     |

|    | Профессиональные базы данных, информационные справочные системы |
|----|-----------------------------------------------------------------|
| 1. |                                                                 |
| 2. |                                                                 |
| 3. |                                                                 |

## 11.2. Перечень программного обеспечения

1. Microsoft® Windows® XP Professional Russian Upgrade/Software Assurance Pack Academic OPEN No Level, артикул E85-00638; № лицензия 18582213 от 30.12.2004 (бессрочная корпоративная академическая лицензия);
2. Microsoft® Office Professional Win 32 Russian License/Software Assurance Pack Academic OPEN No Level, артикул 269-05620; лицензия №18582213 от 30.12.2004;
3. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition, 250-499 Node 1 year Educational Renewal License лицензия №17EO-171228-092222-983-1666 от 28.12.2017;
4. Microsoft® Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level, артикул 79P-00039; лицензия №43021137 от 15.11.2007;
5. 1С: предприятие 8. Клиентская лицензия на 10 рабочих мест (программная защита). Правообладатель ООО «Бизнес и Технология», сублицензионный договор № 9770 от 22.06.2016.
6. Операционная система Linux. (свободно распространяемое программное обеспечение под Linux).
7. Microsoft Windows XP Professional Russian Upgrade, Software Assurance Pack Academic Open No Level, лицензия № 44892219 от 08.12.2008, справка Microsoft «Условия использования лицензии»;
8. Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic Open No Level, лицензия 49413779, справка Microsoft «Условия использования лицензии»;
9. Dr. Web Desktop Security Suite, Антивирус + Центр управления на 12 мес., артикул LBWAC-12M-200-B1, договор с АО «СофтЛайн Трейд» № 219/17-КС от 13.12.2017;
10. Adobe Photoshop Extended CS5 12.0 WIN AOO License RU (65049824), 12 лицензий, WIN S/N 1330-1002-8305-1567-5657-4784, Mac S/N 1330-0007-3057-0518-2393-8504, от 09.12.2010, (копия лицензии).
11. Adobe Illustrator CS5 15.0 WIN AOO License RU (65061595), 17 лицензий, WIN S/N 1034-1008-8644-9963-7815-0526, MAC S/N 1034-0000-0738-3015-4154-4614 от 09.12.2010, (копия лицензии);
12. Adobe Reader (свободно распространяемое).
13. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic Open No Level, артикул FQC-02306, лицензия № 46255382 от 11.12.2009, (копия лицензии);
14. Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic Open No Level, лицензия 47122150 от 30.06.2010, справка Microsoft «Условия использования лицензии»;
15. Система автоматизации библиотек ИРБИС64, договора на оказание услуг по поставке программного обеспечения №1/28-10-13 от 22.11.2013г.; №1/21-03-14 от 31.03.2014г. (копии договоров);
16. Google Chrome (свободно распространяемое).

| №п/п | Программное обеспечение                       | Реквизиты подтверждающего документа/ Свободно распространяемое |
|------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 1.   | Windows 10 Pro, MS Office 2019                | контракт № 18-ЭА-44-19 от 20.05.2019                           |
| 2.   | PrototypingSketchUp: 3D modeling for everyone | контракт № 18-ЭА-44-19 от 20.05.2019                           |
| 3.   | V-Ray для 3Ds Max                             | контракт № 18-ЭА-44-19 от 20.05.2019                           |
| 4.   |                                               |                                                                |
| 5.   |                                               | ...                                                            |

**ЛИСТ УЧЕТА ОБНОВЛЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**

В рабочую программу учебной дисциплины внесены изменения/обновления и утверждены на заседании кафедры:

| <b>№ пп</b> | <b>год<br/>обновления<br/>РПД</b> | <b>характер изменений/обновлений<br/>с указанием раздела</b> | <b>номер протокола<br/>и дата заседания<br/>кафедры</b> |
|-------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|             |                                   |                                                              |                                                         |
|             |                                   |                                                              |                                                         |
|             |                                   |                                                              |                                                         |
|             |                                   |                                                              |                                                         |
|             |                                   |                                                              |                                                         |