

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Белгородский Валерий Савельевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 19.06.2025 15:54:27
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 образовательной программы 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 Способен применять техники, повышающие эффективность командных и индивидуальных действий спортсменов на основе психологических и социокультурных аспектов спорта	ИД-ДПК-17.1 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. Студент умеет использовать методы психодиагностики и анализа для оценки уровня готовности спортсменов и выявления психологических факторов, влияющих на спортивную результативность. Студент владеет приёмами выявления и интерпретации психологических особенностей, характерных для различных возрастных и профессиональных групп спортсменов.
	ИД-ДПК-17.2 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. Студент умеет разрабатывать и реализовывать мероприятия по снижению влияния негативных факторов, влияющих на спортивную деятельность, включая профилактику эмоционального выгорания и деструктивных состояний. 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 (контролируемые) результаты освоения: код(ы) формируемой(ых) компетенции(й) и индикаторов достижения компетенций	Наименование разделов, тем; форма(ы) промежуточной аттестации	Виды учебной работы				Самостоятельная работа, час	Виды и формы контрольных мероприятий, обеспечивающие по совокупности текущий контроль успеваемости; формы промежуточного контроля успеваемости
		Контактная работа					
		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные работы/ индивидуальные занятия, час	Практическая подготовка, час		
	Четвертый семестр						
ДПК-17: ИД-ДПК-17.1 ИД-ДПК-17.2	Раздел I. Теоретические основы психологии спорта	8	16			16	Формы текущего контроля по разделу I: Творческое задание Практическая работа
	Тема 1.1 Введение в психологию спорта. Цели, задачи, методы.	2					
	Тема 1.2 Психологические особенности личности спортсмена	2					
	Тема 1.3 Психические состояния в спортивной деятельности	2					
	Тема 1.4 Социально-психологические аспекты спорта	2					
	Практическое занятие № 1.1 Анализ психологического портрета спортсмена		4			4	
	Практическое занятие № 1.2 Определение типов темперамента и волевых качеств у спортсменов		4			4	
	Практическое занятие № 1.3 Разбор ситуаций: стресс и мобилизация перед соревнованиями		4			4	
	Практическое занятие № 1.4 Диагностика микроклимата в спортивной команде		4			4	
	ДПК-9: ИД-ДПК-9.3 ИД-ДПК-9.4	Раздел II. Прикладные аспекты спортивной психологии	8	16			
Тема 2.1 Психологическая подготовка спортсменов		2					
Тема 2.2 Психология спортивной травмы и восстановления		2					
Тема 2.3		2					

Планируемые (контролируемые) результаты освоения: код(ы) формируемой(ых) компетенции(й) и индикаторов достижения компетенций	Наименование разделов, тем; форма(ы) промежуточной аттестации	Виды учебной работы				Самостоятельная работа, час	Виды и формы контрольных мероприятий, обеспечивающие по совокупности текущий контроль успеваемости; формы промежуточного контроля успеваемости
		Контактная работа					
		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные работы/ индивидуальные занятия, час	Практическая подготовка, час		
	Психологическое сопровождение тренеров и команд						
	Тема 2.4 Медиа, болельщики и психологическая устойчивость спортсмена	2					
	Практическое занятие № 2.1 Разработка фрагмента программы психологической подготовки		4			4	
	Практическое занятие № 2.2 Психокоррекция после травмы: составление плана сопровождения		4			4	
	Практическое занятие № 2.3 Имитация тренерского совещания с психологом		4			4	
	Практическое занятие № 2.4 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)
Раздел I	Теоретические основы психологии спорта	
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.
Раздел II	Прикладные аспекты спортивной психологии	
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 ЭО и ДОТ	использование ЭО и ДОТ	объем, час	включение в учебный процесс
смешанное обучение	лекции		в соответствии с расписанием учебных 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 ИД-ДПК-17.1	ДПК-9 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	Медийный проект «Психология Победы» Цель задания: Сформировать у студентов понимание роли психологии в спортивной деятельности через создание медийного продукта, популяризирующего психологические аспекты спорта среди широкой аудитории. Задание: Разработайте информационно-медийный проект, направленный на освещение темы психологической подготовки спортсменов. Проект должен быть реализован в одном из следующих форматов (на выбор): • видеоролик (до 5 минут); • подкаст/аудиоинтервью; • инфографика или серия постов для соцсетей; • интерактивный материал для сайта или блога; • мини-документальный сюжет. Темы на выбор (можно предложить свою, согласовав с преподавателем): 1. Как спортсмены справляются со стрессом перед соревнованиями? 2. Психология тренера: как он влияет на мотивацию команды? 3. Спортивное выгорание: как его избежать? 4. Работа спортивного психолога: мифы и реальность. 5. Как медиа могут поддержать (или разрушить) психологическое состояние спортсмена? 6. Психология травмы: путь к возвращению в спорт. Требования к проекту: • Основание на психологических концепциях и подходах, изученных в рамках курса; • Достоверность и корректность информации; • Креативность подачи материала; • Применение профессиональных навыков медиакommunikации (монтаж, сценарий, дизайн, структура и т. д.); • Указание используемых источников (научных, журналистских, интервью и др.).

№ пп	Формы текущего контроля	Примеры типовых заданий
		•
2	Практическая работа	“В кадре и вне игры: психология спорта глазами медиа” Цель задания: Осмыслить роль медиа в формировании общественного образа спортсменов и раскрыть психологические аспекты спорта через призму журналистики, рекламы и телевидения. Суть задания: Создайте медиапродукт, раскрывающий психологические стороны спортивной жизни, ориентированный на массовую аудиторию. Выберите один из предложенных форматов: 1. Журналистское расследование / репортаж <i>Тема:</i> «Как давление медиа влияет на ментальное здоровье спортсменов» <i>Формат:</i> текст (до 3000 знаков) или видеосюжет (до 5 минут) 2. Социальная рекламная кампания <i>Тема:</i> «Психологическая устойчивость — скрытая сторона победы» <i>Формат:</i> серия плакатов, видеоролик, сценарий радиоролика, концепт кампании 3. Телевизионное интервью или ток-шоу <i>Тема:</i> «Спорт и эмоции: путь к победе через психологию» <i>Формат:</i> смоделированная передача (сценарий или видеозапись до 7 минут) Ключевые аспекты, которые необходимо отразить: • влияние стресса, тревоги, выгорания, медиа-критики на спортсменов; • роль спортивного психолога; • проблема табу на ментальное здоровье в спортивной среде; • взаимодействие спортсменов — тренер — публика — медиа; • примеры из реальной практики (интервью, кейсы, статистика).

№ пп	Формы текущего контроля	Примеры типовых заданий
3	Мини-проект	«Ментальная игра: Психология спорта в медиапространстве» Цель проекта: Разработать и реализовать медиапродукт, направленный на развитие общественного понимания психологических аспектов спорта, а также на дестигматизацию тем, связанных с ментальным здоровьем спортсменов. Задание: Создайте мини-проект, освещающий одну из актуальных тем спортивной психологии в медиаформате. Проект может быть выполнен индивидуально или в группе (до 3 человек). Примерные темы: • «Психологическое давление на спортсменов: цена победы» • «Как медиа влияют на самооценку и мотивацию спортсмена» • «Психология фанатов: кто на кого влияет — спортсмен или публика?» • «Психолог в команде: герой за кадром» • «Спорт и эмоции: победы, поражения и путь к себе» Возможные форматы реализации: • Видеоролик / сюжет / интервью (до 5 минут) • Социальная реклама / digital-баннер / слоган + визуал • Серия сторис / Reels / постов для Instagram или VK • Подкаст / аудиointerview (до 10 минут) • Медиа-дайджест / инфографика с анализом кейсов Обязательные элементы проекта: 1. Краткое обоснование выбранной темы и цели проекта (до 200 слов) 2. Освещение проблемы с позиции психологии спорта (с опорой на изученный материал) 3. Подбор достоверных источников (интервью, научные статьи, реальные кейсы) 4. Качественный медиаконтент, адаптированный под выбранный формат и ЦА 5. Презентация проекта в виде готового продукта + пояснительная записка (до 1 стр.)

5.2. Критерии, шкалы оценивания текущего контроля успеваемости:

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

5.3. Промежуточная аттестация:

Форма промежуточной аттестации	Типовые контрольные задания и иные материалы для проведения промежуточной аттестации:
Зачет	«Ментальная игра: Психология спорта в медиапространстве» Цель проекта: Разработать и реализовать медиапродукт, направленный на развитие общественного понимания психологических аспектов спорта, а также на дестигматизацию тем, связанных с ментальным здоровьем спортсменов. Задание: Создайте мини-проект, освещающий одну из актуальных тем спортивной психологии в медиаформате. Проект может быть выполнен индивидуально или в группе (до 3 человек). Примерные темы: • «Психологическое давление на спортсменов: цена победы» • «Как медиа влияют на самооценку и мотивацию спортсмена» • «Психология фанатов: кто на кого влияет — спортсмен или публика?» • «Психолог в команде: герой за кадром» • «Спорт и эмоции: победы, поражения и путь к себе» Возможные форматы реализации: • Видеоролик / сюжет / интервью (до 5 минут) • Социальная реклама / digital-баннер / слоган + визуал • Серия сторис / Reels / постов для Instagram или VK • Подкаст / аудиointервью (до 10 минут) • Медиа-дайджест / инфографика с анализом кейсов Обязательные элементы проекта: 6. Краткое обоснование выбранной темы и цели проекта (до 200 слов) 7. Освещение проблемы с позиции психологии спорта (с опорой на изученный материал)

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

5.4. Критерии, шкалы оценивания промежуточной аттестации учебной дисциплины:

Форма промежуточной аттестации	Критерии оценивания	Шкалы оценивания	
		100-балльная система	Пятибалльная система
Зачет: 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
Итого за семестр зачет		Зачтено 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 зачтено (отлично)	зачтено
65 – 84 баллов	хорошо зачтено (хорошо)	
41 – 64 баллов	удовлетворительно 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.
115419, г. Москва, ул. Донская 39, строение 4, учебный корпус 6	
аудитории для проведения занятий лекционного типа	комплект учебной мебели, технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории: – ноутбук; – проектор; – 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: – ноутбук; – проектор; – экран
Помещения для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся
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

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

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

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.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» http://www.e.lanbook.com/
2.	«Znanium.com» научно-издательского центра «Инфра-М» http://znanium.com/
3.	Электронные издания «РГУ им. А.Н. Косыгина» на платформе ЭБС «Znanium.com» http://znanium.com/
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. IC: предприятие 8. Клиентская лицензия на 10 рабочих мест (программная защита). Правообладатель ООО «Бизнес и Технологии», 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:

№ пп	год обновления РПД	характер изменений/обновлений с указанием раздела	номер протокола и дата заседания кафедры