

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Есауленко Игорь Эдуардович
Должность: Ректор
Дата подписания: 26.11.2024 15:04:59
Уникальный программный идентификатор:
691eebef92031be66ef61648f97525a2e2da8356

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Воронежский государственный медицинский
университет имени Н.Н. Бурденко» Министерства здравоохранения
Российской Федерации

Кафедра психологии и поведенческой медицины

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
психологии и поведенческой медицины
06 февраля 2024 г., протокол №5
Зав. кафедрой Е.А. Кудашова

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (модулю)

«Спортивная психология»
(наименование дисциплины)

37.05.01 Клиническая психология
(код и наименование специальности)

Клинический психолог
Квалификация (степень) выпускника

Фонд оценочных средств составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология, обсужден на заседании кафедры «06» февраля 2024, протокол № 5.

**ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы специалитета
по специальности 37.05.01 Клиническая психология

код наименование

№	Контролируемые разделы дисциплины	Индекс контролируемой компетенции (или её части)	Оценочные средства	Способ контроля
1.	Теоретико-методологические основы спортивной психологии	ОПК-2, ОПК-5	Устный опрос (вопросы) Тестовый контроль Задания открытого типа	Текущий
2	Механизмы и методы психической саморегуляции в спорте	ОПК-2, ОПК-5	Устный опрос (вопросы) Тестовый контроль Задания открытого	Текущий
	Контроль	ОПК-2, ОПК-5	Экзаменационные билеты (вопросы, задачи)	Промежуточная аттестация

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Индекс компетенции и её содержание	Дескрипторы		
		знать	уметь	владеть
1	ОПК-2	– основные методы оценки уровня психического развития и состояния когнитивных функций. – научно обоснованные подходы к оценке эмоциональной сферы и личностного развития. – принципы социальной адаптации и ее роли в развитии личности. – особенности психологической поддержки различных категорий населения в спортивной сфере.	– проводить оценку когнитивных функций у различных категорий населения. – выявлять особенности эмоционального состояния и уровня личностного развития в спортивной психологии. – использовать методы оценки уровня социальной адаптации в спортивной среде. – адаптировать методы психологической оценки и поддержки для спортсменов разного уровня подготовки.	– навыками применения психологических методик для анализа когнитивных процессов. – методами интерпретации данных по эмоциональным и личностным характеристикам. – методами анализа и коррекции показателей социальной адаптации для различных групп населения. – техниками работы с индивидуальными и групповыми психологическими особенностями в

				спортивной психологии.
2	ОПК-5	– теоретические основы разработки программ психологического вмешательства и помощи. – методы и приемы психологической консультации, направленные на поддержку спортсменов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. – возможностями здоровья. подходы и методики коррекционного и развивающего воздействия в спортивной психологии.	– создавать индивидуальные и групповые программы психологической помощи для различных категорий населения – адаптировать консультационные программы для лиц с особыми потребностями. – разрабатывать коррекционные программы для улучшения психоэмоционального состояния спортсменов.	– навыками применения методов психологического вмешательства с учетом специфики целевой аудитории. – техниками эффективного консультирования и поддерживающего взаимодействия. – методами развивающей и коррекционной работы с учетом особенностей спортивной деятельности.

КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ И ПРИМЕНЯЕМЫЕ ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

№	Индекс компетенции	Наименование контрольных мероприятий		
		Собеседование	Тестирование	Решение заданий
		Наименование материалов оценочных средств		
		Вопросы для устного собеседования	Тестовые задания	Задания открытого типа
		№ задания		
1.	ОПК-2	1-40	1-15	1-5
2.	ОПК-5	1-40	16-30	6-10

КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ И ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ОЦЕНКИ знаний, умений, навыков, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины «СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ» ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО СОБЕСЕДОВАНИЯ

- Основные принципы спортивной психологии и их применение в тренировочном процессе.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Влияние психологических факторов на спортивные достижения.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Роль мотивации в спорте и ее влияние на выступление.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Способы управления стрессом в спортивной деятельности.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Использование визуализации как техники подготовки спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Влияние команды и социального взаимодействия на психологическое состояние спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Понятие "профилактика выгорания" в спортивной практике.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Эмоциональная регуляция у спортсменов и ее значение для успеха.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Роль концентрации и внимания в выполнении спортивных навыков.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Психологическая подготовка к соревнованиям и ее этапы.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Влияние лидерства тренера на командный дух и выступления спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Применение психологического тестирования в оценке спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Техники расслабления и их использование в спортивной практике.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
- Роль саморегуляции в достижении спортивных целей.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5

15. Психологические характеристики успешных спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
16. Влияние физической нагрузки на психоэмоциональное состояние спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
17. Преодоление неудач и возвращение к соревнованиям после травм.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
18. Психология командных видов спорта и её особенности.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
19. Применение положительной психологической поддержки для повышения уверенности спортсмена.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
20. Влияние культурных факторов на спортивное восприятие и мотивацию.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
21. Роль спорта в процессе личностного развития.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
22. Значение обратной связи и её влияние на обучение и развитие спортсменов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
23. Психология перфекционизма и его влияние на результаты в спорте.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
24. Сравнительный анализ индивидуальных и командных видов спорта с точки зрения психологии.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
25. Этапы кризиса и восстановления спортивной карьеры.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
26. Планирование и подготовка психологического аспекта спортивного сезона.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
27. Стратегии преодоления регулярного стресса в спортивной практике.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
28. Психологическая работа с молодыми спортсменами и их родителями.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
29. Роль спортивных событий в формировании общественного мнения о спорте.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
30. Эмоциональные состояния спортсменов во время соревнований и их управление.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
31. Психология рекордов и стремление к внутреннему менеджменту.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
32. Социальные аспекты спорта и их влияние на психическое здоровье.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
33. Психология долгосрочных тренировок и их влияние на личную жизнь спортсмена.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
34. Применение спортивной психологии для достижения карьерных высот.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
35. Проблема управления эмоциями и ментальным здоровьем в спорте.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5
36. Использование спортивной психологии для достижения Олимпийских успехов.
Компетенции: ОПК-2, ОПК-5

37. Значение стилей обучения в спортивной психологии.

Компетенции: ОПК-2, ОПК-5

38. Разработка индивидуальных психологических программ для спортсменов.

Компетенции: ОПК-2, ОПК-5

39. Влияние традиций и обычаев на спортивные достижения.

Компетенции: ОПК-2, ОПК-5

40. Психологические аспекты работы с ветеранами спорта.

Компетенции: ОПК-2, ОПК-5

Критерии оценивания ответов на вопросы устного собеседования:

«Отлично» – всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, основной и дополнительной литературы, взаимосвязи основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии. Проявление творческих способностей в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

«Хорошо» – полное знание учебного материала, основной рекомендованной к занятию. Обучающийся показывает системный характер знаний по дисциплине и способен к самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

«Удовлетворительно» – знание учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшего освоения дисциплины, знаком с основной литературой, рекомендованной к занятию. Обучающийся допускает погрешности, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

«Неудовлетворительно» – обнаруживаются существенные пробелы в знаниях основного учебного материала, допускаются принципиальные ошибки при ответе на вопросы.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

**ВЫБЕРИТЕ ОДИН ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ И УКАЖИТЕ ЕГО В ВИДЕ НОМЕРА.
НАПРИМЕР: 2**

1. Основной целью спортивной психологии является:

- 1) повышение спортивной эффективности
- 2) изучение физиологических изменений
- 3) анализ биомеханики движений
- 4) разработка планов тренировок
- 5) оценка заболеваний спортсменов

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

2. Одним из ключевых понятий в спортивной психологии является:

- 1) мотивация
- 2) физиология
- 3) анатомия
- 4) биомеханика

5) генетика

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

3. Эмоциональное состояние атлета во время соревнований определяется:

1) уровнем стресса

2) количеством тренировок

3) временем восстановления

4) потреблением витаминов

5) типом спортивного оборудования

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

4. Одним из методов подготовки спортсменов является:

1) визуализация

2) фармакотерапия

3) массотерапия

4) кардионагрузка

5) режим питания

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

5. Уровень тревожности спортсмена можно измерить с помощью:

1) теста на тревожность

2) анализа крови

3) кардиоэксперимента

4) графического анализа

5) визуального наблюдения

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

6. Основной компонент командной психологии в спорте заключается в:

1) взаимодействии членов команды

2) индивидуальной подготовке

3) физической силе атлетов

4) анализе соперника

5) разработке тактики

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

7. Спортивная мотивация делится на:

1) внутреннюю и внешнюю

2) физиологическую и психологическую

3) биологическую и культурную

4) генетическую и обученную

5) социальную и индивидуальную

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

8. Методом борьбы с спортивной тревожностью может быть:

1) релаксация

2) повышение физической нагрузки

3) изменение тренировочного плана

4) применение медикаментов

5) физическое наказание

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

9. Важным аспектом минуты перед соревнованием является:

- 1) настрой на победу
- 2) изменение тактики
- 3) анализ предыдущих состязаний
- 4) физическая разминка
- 5) выбор экипировки

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

10. Социальное сравнение в спортивной психологии предполагает:

- 1) оценку собственных достижений по отношению к другим
- 2) физические тренировки в группе
- 3) присутствие зрителей на соревнованиях
- 4) оценку здоровья спортсмена
- 5) учет погодных условий в соревнованиях

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

11. Роль тренера в спортивной психологии заключается в:

- 1) психологической поддержке спортсменов
- 2) контроле за физической подготовкой
- 3) анализе статистических данных
- 4) разработке питания
- 5) подготовке соревновательного графика

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

12. Одна из характеристик психологической подготовки спортсмена - это:

- 1) гибкость мышления
- 2) физическая сила
- 3) медицинские показатели
- 4) состав тренировки
- 5) уровень мастерства

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

13. Спортивная бдительность помогает спортсмену:

- 1) реагировать на изменения в соревновании
- 2) управлять своей физической нагрузкой
- 3) анализировать предыдущие тренировки
- 4) сосредоточиться на теории спорта
- 5) разрабатывать новые стратегии

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

14. Эмоциональная устойчивость относится к:

- 1) способности справляться с давлением
- 2) уровню физической подготовки
- 3) знанию теории спорта
- 4) истории спортивных достижений
- 5) медицинской подготовке

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

15. Под спортом высокой квалификации подразумевается:

- 1) достижение высоких результатов на уровне соревнований
- 2) физическое развитие без соревнований
- 3) изучение биомеханики движений
- 4) проведение спортивных исследований

5) расширение базы данных о спортсменах

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-2

16. Методика спортивной тренировки может включать:

1) психологические тесты

2) медитации

3) физические упражнения

4) диетологические рекомендации

5) все перечисленное

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

17. Принцип целостности в спортивной психологии означает:

1) интеграцию физического и психологического аспектов

2) фокус на одном аспекте подготовки

3) результативность только тренировок

4) получение знаний о спорте

5) использование только физиологических методов

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

18. Стресс у спортсмена может возникнуть из-за:

1) высоких ожиданий и переживаний

2) неправильного питания

3) недостатка физической активности

4) нехватки сна

5) недостатка социальных контактов

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

19. Психологическая подготовка включает:

1) разработку стратегий поведения в соревновательных ситуациях

2) только физическую подготовку

3) изучение анатомии

4) повышение выносливости

5) медицинский контроль

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

20. Аудиторная подготовка спортсмена подразумевает:

1) работу с эмоциональной стороной перед соревнованиями

2) изучение техники

3) физическую нагрузку

4) изучение правил игры

5) социальные взаимодействия

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

21. Основной задачей спортивного психолога является:

1) развитие психологических навыков у спортсменов

2) оценка физической подготовки

3) организация соревнований

4) ведение статистики

5) медицинское обследование

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

22. Психологические факторы, влияющие на спортивные результаты, включают:

- 1) уверенность в своих силах
- 2) физическая сила
- 3) знания правил игры
- 4) тактические навыки
- 5) уровень зрительской поддержки

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

23. Индивидуальные подходы в спортивной психологии предполагают:

- 1) адаптацию методов к личности спортсмена
- 2) универсальные программы для всех
- 3) игнорирование психологических факторов
- 4) только физическую подготовку
- 5) только групповые занятия

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

24. Социальная поддержка спортсменов оказывает влияние на:

- 1) их эмоциональное состояние
- 2) лишь физическую подготовку
- 3) их биомеханику
- 4) только результаты соревнований
- 5) уровень их конкуренции

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

25. Здоровье спортсмена зависит от:

- 1) комбинации физической и психологической подготовки
- 2) только физических показателей
- 3) наличия спонсоров
- 4) типа спорта
- 5) окружения

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

26. Подсознательные установки спортсмена могут:

- 1) влиять на его результаты
- 2) не оказывать никакого влияния
- 3) быть несущественными
- 4) сказываться на его технике
- 5) полностью управлять действиями

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

27. Основным усилием в подготовке спортсмена становится:

- 1) баланс физической нагрузки и психологии
- 2) изучение теории
- 3) кардионагрузка
- 4) доскональное изучение биомеханики
- 5) разработка питательных рационов

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

28. В спортивной психологии недостаток социальной поддержки может привести к:

- 1) повышению уровня стресса
- 2) улучшению результатов
- 3) укреплению командного духа
- 4) повышению выносливости

5) уменьшению травматизма

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

29. Психология тренировочного процесса включает в себя:

1) планирование тренировок

2) закрепление навыков

3) анализ результатов

4) изучение спортивной литературы

5) все перечисленное

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

30. Уверенность в себе спортсмена может развиваться через:

1) позитивные установки и достижения

2) физическую нагрузку

3) изучение соперников

4) амбициозные цели

5) наращивание мышечной массы

Эталон ответа: 1

Компетенции: ОПК-5

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТЕСТИРОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Количество положительных ответов 91% и более максимального балла теста	Количество положительных ответов от 81% до 90% максимального балла теста	Количество положительных ответов от 71% до 80% максимального балла теста	Количество положительных ответов менее 70% максимального балла теста

ЗАДАНИЯ ОТКРЫТОГО ТИПА

1. Этот термин описывает раздел психологии, изучающий психологические факторы, влияющие на успешность выступления спортсменов и их состояние в процессе соревнований.

Задание: Укажите название этого термина.

Эталон ответа: Спортивная психология

Компетенции: ОПК-2

2. Этот процесс включает изучение влияния стресса на производительность спортсмена и способы управления этим стрессом.

Задание: Укажите название этого процесса.

Эталон ответа: Психологическая подготовка

Компетенции: ОПК-2

3. Эта техника используется для улучшения концентрации и управления эмоциями спортсменов во время соревнований.

Задание: Укажите название этой техники.

Эталон ответа: Визуализация

Компетенции: ОПК-2

4. Этот синдром характеризуется психическим и физическим истощением спортсмена, вызванным чрезмерными нагрузками.
Задание: Укажите название этого синдрома.
Эталон ответа: Спортивное выгорание
Компетенции: ОПК-2
5. Этот тип мотивации основан на внутреннем желании улучшить свои навыки и достичь новых целей.
Задание: Укажите название этого типа мотивации.
Эталон ответа: Внутренняя мотивация
Компетенции: ОПК-2
6. Этот аспект спортивной психологии изучает, как групповые процессы влияют на эффективность команды.
Задание: Укажите название этого аспекта.
Эталон ответа: Групповая динамика
Компетенции: ОПК-5
7. Этот метод включает в себя формирование позитивного мышления и установки для повышения уверенности в себе у спортсменов.
Задание: Укажите название этого метода.
Эталон ответа: Психологическая настройка
Компетенции: ОПК-5
8. Этот вид тренировок направлен на развитие не только физических, но и психологических навыков спортсменов.
Задание: Укажите название этого вида тренировок.
Эталон ответа: Комплексная тренировка
Компетенции: ОПК-5
9. Этот термин описывает способность спортсмена восстанавливаться после неудач и продолжать движение к своей цели.
Задание: Укажите название этого термина.
Эталон ответа: Психологическая устойчивость
Компетенции: ОПК-5
10. Эта техника включает в себя использование привычных символических последовательностей действий, в которых участвуют спортсмены, чтобы повысить свою уверенность перед соревнованиями.
Задание: Укажите название этой техники.
Эталон ответа: Спортивные ритуалы
Компетенции: ОПК-5

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕШЕНИЯ ЗАДАНИЙ ОТКРЫТОГО ТИПА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Количество положительных ответов 90% и более максимального балла теста	Количество положительных ответов от 71% до 89,9% максимального балла теста	Количество положительных ответов от 60% до 69,9% максимального балла теста	Количество положительных ответов менее 60% максимального балла теста