

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДЕНА
ректором университета
С.Б. Репкиным
30 января 2025 г.
Регистрационный № 24 / ГЭ

ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА

по направлению специальности
1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность
(спортивная психология)»

Минск 2025

УДК 796.01:159.9(073)

ББК 75.0Я73

П78

Программа государственного экзамена составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1- 88 02 01-2021, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 09.02.2022 № 22.

СОСТАВИТЕЛЬ:

Т.А. Скробут, заведующий кафедрой психологии учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

С.Е. Покровская, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии образования и развития личности учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка»;

В.А. Харькова, начальник информационно-аналитического отдела центра координации научно-методической и инновационной деятельности учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

кафедрой психологии учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.11.2024 № 6);

советом спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.12.2024 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 30.01.2025 № 5)

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА	7
Раздел I. Основы спортивной психологии	7
Тема 1. Спортивная психология как отрасль психологической науки.....	7
Тема 2. История развития отечественной спортивной психологии.....	7
Раздел II. Психологические особенности спорта как вида деятельности.....	7
Тема 3. Психология спортивной деятельности	7
Тема 4. Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности	7
Раздел III. Психология личности и деятельности спортсмена	8
Тема 5. Психология личности спортсмена	8
Тема 6. Социальная психология спортивных групп.....	8
Раздел IV. Психология личности и деятельности тренера	9
Тема 7. Личность тренера и факторы повышения эффективности деятельности	9
Тема 8. Психические состояния, проявляющиеся в профессиональной деятельности тренера	9
Раздел V. Психологическое обеспечение спортивной деятельности.....	10
Тема 9. Структура психологического сопровождения в спорте	10
Тема 10. Психологическая подготовка, готовность и подготовленность спортсмена	10
Тема 11. Психологическое сопровождение учебно-тренировочного процесса.....	10
Тема 12. Психологическое сопровождение соревновательной деятельности	11
ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ	13
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)» (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)	13
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)» (список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы)	17
Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)»	22

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)» разработана в соответствии с Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования, утвержденными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 13.10.2023 № 319, образовательным стандартом высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, учебным планом учреждения высшего образования по вышеуказанному направлению специальности, учебными программами учреждения высшего образования по следующим учебным дисциплинам: «Общая психология», «Социальная психология спорта», «Психологическое сопровождение спортивной деятельности», документами, регламентирующими реализацию образовательной программы.

Государственный экзамен является одной из обязательных составляющих итоговой аттестации студентов при завершении освоения содержания образовательных программ высшего образования в соответствии с образовательным стандартом высшего образования.

Целью проведения государственного экзамена является определение теоретико-методической и профессиональной подготовленности студентов в области спортивной психологии.

В процессе государственного экзамена решаются следующие задачи:

- оценка уровня информированности в вопросах истории возникновения, развития отечественной и зарубежной спортивной психологии;
- оценка теоретических знаний по различным направлениям спортивной психологии;
- оценка умения обобщения накопленного материала в области психологии личности и деятельности тренера;
- оценка уровня информированности в вопросах изучения психологии деятельности, психологии состояний, психологии мотивации;
- оценка студентов в общих вопросах обучения и воспитания в спорте, психологии личности спортсмена: направленности, опыта, психических и психомоторных функций, биологических свойств, способностей, характера;
- оценка практических умений диагностики, развития психических качеств и состояний спортсмена;
- оценка навыков анализа спортивной деятельности, умения выбора и реализации средств психологической подготовки и воздействия в соответствии с поставленными задачами;
- оценка уровня готовности студента к осуществлению основных видов профессиональной деятельности.

Студент должен:

знатъ:

- основные категории спортивной психологии;
- виды психических явлений и их особенности;

- закономерности протекания психических процессов в различных условиях;
- особенности социального мышления и повышения социально-психологической компетентности, обучающихся в профессиональной деятельности;
- психологические особенности деятельности и личности тренера;
- цель и задачи психологического сопровождения спортсмена, формы организации работы психолога;

уметь:

- изучать различные психические явления;
- выделять особенности психических процессов, состояний и свойств личности;
- организовывать и проводить мониторинг психических состояний и свойств личности;
- выделять и характеризовать различные психические явления в процессе занятий физическим воспитанием и спортом;
- организовывать и проводить психологическую подготовку в спорте и физическом воспитании;
- формы и методы общей и специальной психологической подготовки в разных видах спорта;
- изучать и учитывать психологические особенности деятельности и личности тренера при организации взаимодействия в системе «тренер-спортсмен-психолог»;
- анализировать психологические особенности вида спорта, условий тренировки и конкретного спортсмена;
- организовывать целенаправленную психологическую подготовку спортсмена и эффективное секундирование спортсмена в спортивных соревнованиях;
- проводить работу по снижению негативных последствий выступления на спортивных соревнованиях;
- применять методы психорегуляции и обучать методам других людей;
- учитывать этические нормы при организации и проведении психологического обследования;

владеТЬ:

- терминологией спортивной психологии;
- владения методами изучения психических явлений;
- системного и сравнительного анализа;
- использования междисциплинарного подхода при решении проблем;
- устной и письменной коммуникации.
- исследования социально-психологических явлений;
- методами изучения психических явлений в спортивной деятельности.

Программа государственного экзамена по направлению специальности

психология)» соответствует содержанию учебных дисциплин «Общая психология», «Социальная психология спорта», «Психологическое сопровождение спортивной деятельности» и включает в себя 5 разделов и 12 тем.

Каждый экзаменационный билет состоит из трех теоретических вопросов, относящихся к различным разделам учебных дисциплин. В процессе подготовки к ответу при сдаче государственного экзамена студенту следует ознакомиться с программой государственного экзамена, что поможет ему сориентироваться, к какой теме относится вопрос, и выстроить логическую структуру ответа.

В информационно-методическую часть программы государственного экзамена включены:

- экзаменационные требования к государственному экзамену;
- критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

РАЗДЕЛ I. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Тема 1. Спортивная психология как отрасль психологической науки

Спортивная психология как специальная отрасль психологической науки, изучающая закономерности проявления и развития психики в специфических условиях спортивной деятельности. Объект, предмет и задачи психологии спорта. Методы исследования в спортивной психологии. Межотраслевые и межпредметные связи в спортивной психологии.

Тема 2. История развития отечественной спортивной психологии

Предпосылки возникновения спортивной психологии. Этапы развития отечественной спортивной психологии: описательно-объяснительный (20–30-е годы XX в.), становление (конец 30-х годов XX в.), утверждение (45–50-е годы XX в.), развитие (60–90-е годы XX в.), современный этап (с 1991 года). Задачи спортивной психологии в Республике Беларусь на современном этапе. Перспективы развития спортивной психологии в Республике Беларусь.

РАЗДЕЛ II. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТА КАК ВИДА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 3. Психология спортивной деятельности

Спортивная карьера как часть жизненного пути. Специфические особенности спортивной деятельности. Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности. Классификация и динамика мотивов спортивной деятельности. Формирование мотивации в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений.

Психологические основы физической, технической и тактической подготовки спортсмена. Представление движений. Специализированные восприятия в спортивной деятельности. Сущность идеомоторной тренировки. Психологические основы тактической подготовки спортсмена. Особенности тактического мышления спортсмена, методы его совершенствования.

Диагностика особенностей психических и психомоторных процессов, мотивации спортивной деятельности.

Тема 4. Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности

Психологические особенности тренировочной деятельности. Тренировочная нагрузка и адаптация к ней. Соотношение физической

и психической нагрузки. Способы моделирования соревновательной нагрузки на тренировке. Состояния: «угроза отказа», «мертвая точка», монотония, психическое пресыщение. Психическое напряжение и перенапряжение в учебно-тренировочном процессе. Невротические реакции в спорте, их общая характеристика и причины возникновения.

Соревнование как деятельность в экстремальных условиях. Спортивные стрессы и их специфика. Соревновательные стресс-факторы. Интенсивность и точность как источник стресса на спортивных соревнованиях. Психические состояния спортсменов как проявление соревновательного стресса. Предсоревновательные, соревновательные и послесоревновательные психические состояния спортсменов. Причины неблагоприятных послесоревновательных состояний спортсменов.

РАЗДЕЛ III. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНА

Тема 5. Психология личности спортсмена

Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом. Воспитание в спорте. Личность спортсмена в системе общественных отношений. Социализация личности в спорте. Самооценка спортсмена, ее диагностика и формирование. Деформация самооценки. Особенности проявления основных свойств нервной системы и темперамента у спортсменов различных видов спорта. Индивидуальный стиль деятельности и типологические особенности личности спортсмена. Проблема психической надежности в спортивной деятельности. Специальные спортивные способности, их диагностика.

Организация идеологическо-воспитательной работы на учебно-тренировочных сборах со спортсменами. Спортивно-значимые качества спортсмена. «Личностные профили» спортсменов различных видов спорта и квалификации. Типология спортсменов-чемпионов. Составляющие суперкачества «личность-системы» спортсмена-чемпиона: концентрация, установка-мотивация, профессионализм, «замаскированность», «ритуализм», «сопротивляемость», стабильность.

Тема 6. Социальная психология спортивных групп

Понятие о спортивной команде как малой группе. Признаки и функции малой группы. Уровни социального развития спортивных команд как малых групп. Психологическая характеристика коллектива как группы. Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд.

Понятие о психологической совместимости, ее уровни. Факторы, обуславливающие совместимость. Социально-психологическая совместимость в спортивной команде. Влияние совместимости в системе «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен» на эффективность тренировочной и соревновательной деятельности. Соотношение понятий «совместимость»

и «сработанность». Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия. Современные подходы к изучению и описанию конфликтов. Сущность конфликта, его структура. Динамика и основные этапы развития конфликта. Виды конфликтов. Причины конфликтов. Особенности проявления конфликтов в спорте. Стратегии поведения в конфликте. Конфликтная личность в спорте. Профилактика и разрешение конфликтов в спорте.

Психологический климат, сплоченность команды и успешность спортивной деятельности. Структура социально-психологического климата. Факторы и функции социально-психологического климата. Оценка социально-психологического климата. Оптимизация социально-психологического климата – условие эффективности спортивной деятельности. Стиль руководства спортивной командой: авторитарный, демократический и либеральный. Методы изучения социально-психологических явлений в спортивной команде.

РАЗДЕЛ IV. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА

Тема 7. Личность тренера и факторы повышения эффективности деятельности

Роль тренера в спортивном коллективе. Структура спортивно-педагогической деятельности тренера. Профессиография как средство организации психологического изучения профессиональной деятельности тренера. Типология личности тренера. Профессионально-значимые качества личности тренера. Профессиональная пригодность к деятельности тренера, успешность. Психологические противопоказания к тренерской деятельности. Психологическая готовность к профессии и адаптация тренера. Типичные затруднения тренера в педагогической деятельности. Особенности работы тренера по видам спорта. Особенности психологической подготовки тренера. Мотивационно-потребностная сфера личности тренера. Трудовая мотивация и удовлетворенность трудом. Классификация мотивов тренерской деятельности. Психологические критерии и уровни педагогического мастерства тренера. Педагогические способности тренера. Психологические аспекты профессионального контакта тренера со спортсменами. Творчество тренера. Творческая активность тренера как составляющая его профессиональной успешности. Индивидуальный стиль деятельности тренера. Самоопределение и самоотношение тренера.

Тема 8. Психические состояния, проявляющиеся в профессиональной деятельности тренера

Кризисы профессионального становления. Типы конфликтов профессионального развития. Особенности профессионального стресса в деятельности тренера. Функциональные состояния тренера: утомление, переутомление, психическое пресыщение, стресс и др., их диагностика

и коррекция. Профессиональное выгорание в деятельности тренера. Конфликты тренера со спортсменами. Противопоказания к тренерской деятельности, профессиональные деструкции.

РАЗДЕЛ V. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 9. Структура психологического сопровождения в спорте

Достижение максимальных для спортсмена результатов как результат психологического сопровождения. Психологическое сопровождение на всех этапах спортивной карьеры. Три обязательных компонента сопровождения. Психологическое сопровождение как один из видов социально-психологического патронажа в целостной и комплексной системе социальной поддержки и психологической помощи. Цель психологического сопровождения. Основные виды деятельности спортивного психолога в процессе психологической подготовки. Психологическое сопровождение как компонент профессионального мастерства психолога. Задачи психологического сопровождения в спорте. Актуальные проблемы и основные направления психологических исследований в спорте: психодиагностика, надежность спортивной деятельности, психомоторика, стресс и тревога в спорте, психорегуляция; формирование профессионально-значимых качеств, индивидуальный стиль деятельности, психологическая подготовка, психологическое обеспечение и сопровождение спортивной деятельности, социально-психологические аспекты и др.

Тема 10. Психологическая подготовка, готовность и подготовленность спортсмена

Значение и место психологической подготовки в общей системе спортивной подготовки. Основы планирования психологической подготовки спортсмена. Общая психологическая подготовка спортсмена: задачи и содержание. Препятствия и трудности в спортивной деятельности. Волевые усилия, их виды. Помехоустойчивость спортсмена. Специальная психологическая подготовка спортсмена: задачи и содержание. Психическая готовность к спортивному соревнованию: признаки и уровни (по А.Ц. Пуни). Непосредственная психологическая подготовка спортсмена к исполнению спортивного упражнения. Целеполагание в спорте, средства и методы постановки целей.

Тема 11. Психологическое сопровождение учебно-тренировочного процесса

Профессиональная пригодность. Профессиональная адаптация. Анализ особенностей контингента занимающихся и условий проведения занятий.

Проблема мотивации спортивной деятельности. Формирование спортивной направленности личности. Методы изучения и формирования мотивов в учебно-тренировочном процессе. Волевая подготовка как составная часть психологической подготовки. Методы изучения и особенности формирования волевых качеств.

Диагностика и коррекция психологической подготовленности спортсмена. Процесс воспитания и самовоспитания в учебно-тренировочном процессе. Методы оценки успешности профессиональной деятельности. Основы спортивного отбора на различных этапах: начальная спортивная ориентация, спортивная селекция, комплектование спортивной команды. Психологические критерии спортивного отбора. Определение перспектив и проблем спортсмена. Модели типичного и идеального спортсмена. Актуальные и потенциальные психические особенности спортсмена. Индивидуализация психологической подготовки спортсмена.

Диагностика психических состояний в спорте с помощью наблюдения, опроса, беседы, интервью, тестирования. Инструментальные методы исследования спортивной психологии. Комплексные методики диагностики психических состояний. Профилактика неблагоприятных функциональных состояний: «угрозы отказа», монотонии, психического пресыщения, «профессионального выгорания», депрессии и т. п. Работоспособность и утомление спортсмена в процессе спортивной деятельности. Обучение методам саморегуляции психического состояния на разных этапах спортивной карьеры. Учет индивидуальных особенностей спортсмена для формирования системы саморегуляции спортсмена. Профилактика и коррекция психических перенапряжений спортсмена. Психологические барьеры в спорте: их профилактика и пути преодоления. Методы управления психофизиологическим состоянием спортсмена.

Тема 12. Психологическое сопровождение соревновательной деятельности

Анализ календаря спортивных соревнований как основа планирования специальной психологической подготовки.

Диагностика психологической подготовленности спортсмена, профессионально-значимых качеств, психической надежности спортсмена, индивидуального стиля соревновательной деятельности, «эмоционального выгорания», мотивации соревновательной деятельности. Моделирование предстоящих соревнований в условиях учебно-тренировочного процесса. Мотивация участия в спортивных соревнованиях. Методы актуализации и деактуализации. Мотивы достижения и избегания неудачи в различных видах спорта. Планирование соревновательного результата и его учет в специальной психологической подготовке. Организация контрольных точек психологической подготовки. Формирование положительных установок на успех в спортивных соревнованиях. Учет индивидуальных особенностей спортсмена в специальной психологической подготовке. Формирование

компенсаторных механизмов. Анализ тактики соревновательной деятельности и ее учет в психологической подготовке.

Эмоциональная напряженность. Оценка, самооценка, прогноз развития, предупреждение и преодоление стресса. Методы оперативного управления состоянием и поведением спортсмена (по Г.Д. Горбунову). Психологическое секундирование.

Мониторинг динамики психического состояния спортсмена в спортивных соревнованиях как основа их психологического анализа. Использование технических средств для психологического мониторинга и анализа спортивных результатов. Использование хронометража соревновательных событий для изучения динамики психического состояния. Психологическая реабилитация после травм и неудач в спортивных соревнованиях. Кризисные состояния: возрастные кризисы, ситуационные кризисы, кризисные переходы спортивной карьеры. Психологический анализ итогов соревновательного цикла. Анализ перспективы спортсмена в новом сезоне. Формы и методы компенсации негативных состояний в спорте.

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к государственному экзамену

по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)»

(список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
I	1	Спортивная психология как специальная отрасль психологической науки
I	1	Методы исследования в спортивной психологии
I	1	Основные виды деятельности спортивного психолога в процессе психологической подготовки
I	2	Задачи спортивной психологии в Республике Беларусь на современном этапе
I	2	Этапы развития отечественной спортивной психологии
II	3	Идеомоторная тренировка в спорте, задачи и техника проведения
II	3	Классификация и динамика мотивов спортивной деятельности
II	3	Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений
II	3	Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности
II	3	Психологические основы физической, технической и тактической подготовки спортсмена
II	3	Специализированные восприятия в спортивной деятельности
II	3	Формирование мотивации в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности
II	4	Проявление и особенности послесоревновательных психологических состояний спортсменов
II	4	Психические состояния спортсменов как проявление соревновательного стресса
II	4	Психическое напряжение и перенапряжение в учебно-тренировочном процессе
II	4	Психологические особенности тренировочной деятельности
II	4	Соревнование как деятельность в экстремальных условиях
II	4	Тренировочные состояния спортсменов, возникающие под влиянием физических и психических нагрузок
III	5	Индивидуальный стиль деятельности и типологические особенности личности спортсмена

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
III	5	«Личностные профили» спортсменов различных видов спорта и квалификации
III	5	Личность спортсмена в системе общественных отношений
III	5	Особенности проявления основных свойств нервной системы и темперамента у спортсменов различных видов спорта
III	5	Психическая надежность в спортивной деятельности и факторы, ее обеспечивающие
III	5	Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом
III	5	Самооценка спортсмена, ее диагностика и формирование
III	5	Специальные спортивные способности, их диагностика
III	5	Спортивно-значимые качества спортсмена
III	6	Влияние совместимости в системе «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен» на эффективность тренировочной и соревновательной деятельности
III	6	Оптимизация социально-психологического климата – условие эффективности спортивной деятельности
III	6	Понятие о спортивной команде как малой группе: признаки и функции
III	6	Психологический климат, сплоченность команды и успешность спортивной деятельности
III	6	Социально-психологическая совместимость в спортивной команде
III	6	Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд
III	6	Стиль руководства спортивной командой: авторитарный, демократический и либеральный
IV	6	Динамика и основные этапы развития конфликта в спортивной деятельности
IV	6	Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия
IV	6	Методы изучения социально-психологических явлений в спортивной команде
IV	6	Причины и виды конфликтов в спортивной деятельности
IV	6	Профилактика и разрешение конфликтов в спорте
IV	6	Стратегии поведения в конфликтной ситуации
IV	6	Сущность конфликта в спортивной деятельности, его структура
IV	7	Индивидуальный стиль деятельности тренера
IV	7	Профессионально-значимые качества личности тренера
IV	7	Роль и структура спортивно-педагогической деятельности тренера

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
IV	7	Творческая активность тренера как составляющая его профессиональной успешности
IV	7	Типичные затруднения тренера в педагогической деятельности
IV	8	Кризисы профессионального становления деятельности тренера
IV	8	Противопоказания к тренерской деятельности, профессиональные деструкции
IV	8	Профессиональное выгорание в деятельности тренера
IV	8	Функциональные состояния тренера: утомление, переутомление, психическое пресыщение, стресс, их диагностика и коррекция
V	9	Актуальные проблемы и основные направления психологических исследований в спорте
V	9	Обязательные компоненты психологического сопровождения спортивной деятельности
V	9	Основные виды деятельности спортивного психолога в процессе психологической подготовки
V	9	Психологическое сопровождение как компонент профессионального мастерства психолога: задачи и проблемы
V	9	Психологическое сопровождение как один из видов социально-психологического патронажа социальной поддержки и психологической помощи
V	10	Значение и место психологической подготовки в общей системе спортивной подготовки
V	10	Основы планирования психологической подготовки спортсмена
V	10	Специальная психологическая подготовка спортсмена: задачи и содержание
V	10	Целеполагание в спорте, средства и методы постановки целей
V	11	Волевая подготовка как составная часть психологической подготовки: методы изучения и особенности формирования
V	11	Диагностика и коррекция психологической подготовленности спортсмена
V	11	Основы спортивного отбора на различных этапах
V	11	Проблема мотивации спортивной деятельности: методы изучения и ее формирования
V	11	Психологические барьеры в спорте: их профилактика и пути преодоления

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
V	11	Работоспособность и утомление спортсмена в процессе спортивной деятельности
V	11	Учет индивидуальных особенностей спортсмена для формирования системы саморегуляции спортсмена
V	12	Анализ тактики соревновательной деятельности и ее учет в психологической подготовке
V	12	Аппаратные методы психорегуляции в спорте
V	12	Аудиовизуальные средства психорегуляции
V	12	Аутогенная тренировка, содержание, направленность
V	12	Визуализация как метод психорегуляции
V	12	Диагностика «эмоционального выгорания» спортсмена
V	12	Диагностика индивидуального стиля соревновательной деятельности спортсмена
V	12	Диагностика мотивации соревновательной деятельности спортсмена
V	12	Диагностика профессионально-значимых качеств спортсмена
V	12	Диагностика психической надежности спортсмена
V	12	Диагностика психологической подготовленности спортсмена
V	12	Использование хронометража соревновательных событий для изучения динамики психического состояния
V	12	Классификация методов психорегуляции
V	12	Контроль и регуляция внешних проявлений эмоций как простейший метод саморегуляции
V	12	Кризисные состояния: возрастные кризисы, ситуационные кризисы, кризисные периоды спортивной карьеры
V	12	Моделирование предстоящих соревнований в условиях учебно-тренировочного процесса
V	12	Мониторинг динамики психического состояния спортсмена в спортивных соревнованиях как основа их психологического анализа
V	12	Понятие психорегуляции, ее значение в спортивной деятельности
V	12	Психологическая реабилитация после травм и неудач в спортивных соревнованиях
V	12	Талисман как средство психорегуляции спортсменов
V	12	Секундирование как управление состоянием и поведением спортсмена во время соревнований
V	12	Формы и методы компенсации негативных состояний в спорте
V	12	Характеристика методов гетерорегуляции
V	12	Характеристика методов саморегуляции

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к государственному экзамену

по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)»

(список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы)

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
«Личностные профили» спортсменов различных видов спорта и квалификации	III	5
Актуальные проблемы и основные направления психологических исследований в спорте	V	9
Анализ тактики соревновательной деятельности и ее учет в психологической подготовке	V	12
Аппаратные методы психорегуляции в спорте	V	12
Аудиовизуальные средства психорегуляции	V	12
Аутогенная тренировка, содержание, направленность	V	12
Визуализация как метод психорегуляции	V	12
Влияние совместимости в системе «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен» на эффективность тренировочной и соревновательной деятельности	III	6
Волевая подготовка как составная часть психологической подготовки: методы изучения и особенности формирования	V	11
Диагностика «эмоционального выгорания» спортсмена	V	12
Диагностика и коррекция психологической подготовленности спортсмена	V	11
Диагностика индивидуального стиля соревновательной деятельности спортсмена	V	12
Диагностика мотивации соревновательной деятельности спортсмена	V	12
Диагностика профессионально-значимых качеств спортсмена	V	12
Диагностика психической надежности спортсмена	V	12
Диагностика психологической подготовленности спортсмена	V	12
Динамика и основные этапы развития конфликта в спортивной деятельности	IV	6
Задачи спортивной психологии в Республике Беларусь на современном этапе	I	2
Значение и место психологической подготовки в общей системе спортивной подготовки	V	10
Идеомоторная тренировка в спорте, задачи и техника проведения	II	3

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
Индивидуальный стиль деятельности и типологические особенности личности спортсмена	III	5
Индивидуальный стиль деятельности тренера	IV	7
Использование хронометража соревновательных событий для изучения динамики психического состояния	V	12
Классификация и динамика мотивов спортивной деятельности	II	3
Классификация методов психорегуляции	V	12
Контроль и регуляция внешних проявлений эмоций как простейший метод саморегуляции	V	12
Конфликт как социально-психологическое явление и способ социального взаимодействия	IV	6
Кризисные состояния: возрастные кризисы, ситуационные кризисы, кризисные периоды спортивной карьеры	V	12
Кризисы профессионального становления деятельности тренера	IV	8
Личность спортсмена в системе общественных отношений	III	5
Методы изучения социально-психологических явлений в спортивной команде	IV	6
Методы исследования в спортивной психологии	I	1
Моделирование предстоящих соревнований в условиях учебно-тренировочного процесса	V	12
Мониторинг динамики психического состояния спортсмена в спортивных соревнованиях как основа их психологического анализа	V	12
Обязательные компоненты психологического сопровождения спортивной деятельности	V	9
Оптимизация социально-психологического климата – условие эффективности спортивной деятельности	III	6
Основные виды деятельности спортивного психолога в процессе психологической подготовки	I	1
Основные виды деятельности спортивного психолога в процессе психологической подготовки	V	9
Основы планирования психологической подготовки спортсмена	V	10
Основы спортивного отбора на различных этапах: начальная спортивная ориентация, спортивная селекция, комплектование спортивной команды	V	11
Особенности проявления основных свойств нервной системы и темперамента у спортсменов различных видов спорта	III	5

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
Понятие о спортивной команде как малой группе: признаки и функции	III	6
Понятие психорегуляции, ее значение в спортивной деятельности	V	12
Причины и виды конфликтов в спортивной деятельности	IV	6
Проблема мотивации спортивной деятельности: методы изучения и ее формирования	V	11
Противопоказания к тренерской деятельности, профессиональные деструкции	IV	8
Профессиональное выгорание в деятельности тренера	IV	8
Профессионально-значимые качества личности тренера	IV	7
Профилактика и разрешение конфликтов в спорте	IV	6
Проявление и особенности послесоревновательных психологических состояний спортсменов	II	4
Психическая надежность в спортивной деятельности и факторы, ее обеспечивающие	III	5
Психические состояния спортсменов как проявление соревновательного стресса	II	4
Психическое напряжение и перенапряжение в учебно-тренировочном процессе	II	4
Психологическая реабилитация после травм и неудач в спортивных соревнованиях	V	12
Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений	II	3
Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности	II	3
Психологические барьеры в спорте: их профилактика и пути преодоления	V	11
Психологические основы физической, технической и тактической подготовки спортсмена	II	3
Психологические основы формирования личности в процессе занятий спортом	III	5
Психологические особенности тренировочной деятельности	II	4
Психологический климат, сплоченность команды и успешность спортивной деятельности	III	6
Психологическое сопровождение как компонент профессионального мастерства психолога: задачи и проблемы	V	9
Психологическое сопровождение как один из видов социально-психологического патронажа социальной поддержки и психологической помощи	V	9

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
Работоспособность и утомление спортсмена в процессе спортивной деятельности	V	11
Роль и структура спортивно-педагогической деятельности тренера	IV	7
Самооценка спортсмена, ее диагностика и формирование	III	5
Секундирование как управление состоянием и поведением спортсмена во время соревнований	V	12
Соревнование как деятельность в экстремальных условиях	II	4
Социально-психологическая совместимость в спортивной команде	III	6
Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд	III	6
Специализированные восприятия в спортивной деятельности	II	3
Специальная психологическая подготовка спортсмена: задачи и содержание	V	10
Специальные спортивные способности, их диагностика	III	5
Спортивная психология как специальная отрасль психологической науки	I	1
Спортивно-значимые качества спортсмена	III	5
Стратегии руководства спортивной командой: авторитарный, демократический и либеральный	III	6
Стратегии поведения в конфликтной ситуации	IV	6
Сущность конфликта в спортивной деятельности, его структура	IV	6
Талисман как средство психорегуляции спортсменов	V	12
Творческая активность тренера как составляющая его профессиональной успешности	IV	7
Типичные затруднения тренера в педагогической деятельности	IV	7
Тренировочные состояния спортсменов, возникающие под влиянием физических и психических нагрузок	II	4
Учет индивидуальных особенностей спортсмена для формирования системы саморегуляции спортсмена	V	11
Формирование мотивации в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	II	3
Формы и методы компенсации негативных состояний в спорте	V	12
Функциональные состояния тренера: утомление, переутомление, психическое пресыщение, стресс, их диагностика и коррекция	IV	8

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
Характеристика методов гетерорегуляции	V	12
Характеристика методов саморегуляции	V	12
Целеполагание в спорте, средства и методы постановки целей	V	10
Этапы развития отечественной спортивной психологии	I	2

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ
ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ ЭКЗАМЕНЕ**
по направлению специальности 1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая
деятельность (спортивная психология)»

Баллы	Показатели оценки
10 (десять)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; – точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; – выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности; – правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений; – умение ориентироваться в теориях, концепциях, направлениях в сфере спортивной психологии, давать им критическую оценку, использовать научные знания других учебных дисциплин; – высший уровень информационной и коммуникативной культуры
9 (девять)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена; – точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; – способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности; – правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений; – умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в сфере спортивной психологии, давать им критическую оценку; – очень высокий уровень информационной и коммуникативной культуры
8 (восемь)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по поставленным вопросам в объеме программы государственного экзамена; – корректное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности; – правильное решение ситуационных профессиональных задач и достаточно полное обоснование принятых решений; – умение ориентироваться в основных теориях, концепциях, направлениях в сфере спортивной психологии высокий уровень информационной и коммуникативной культуры
7 (семь)	<ul style="list-style-type: none"> – систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена; – уверенное использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопрос, умение делать обоснованные выводы; – способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности; – решение ситуационных профессиональных задач и краткое обоснование принятых решений;

Баллы	Показатели оценки
	<ul style="list-style-type: none"> – умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в сфере спортивной психологии; – хороший уровень информационной и коммуникативной культуры
6 (шесть)	<ul style="list-style-type: none"> – достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы государственного экзамена; – использование необходимой научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы; – способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности; – решение ситуационных профессиональных задач и неполное обоснование принятых решений; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в сфере спортивной психологии; – хороший уровень информационной и коммуникативной культуры
5 (пять)	<ul style="list-style-type: none"> – достаточные знания в рамках программы государственного экзамена; – использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; – неполное решение ситуационных профессиональных задач и обоснование принятых решений; – способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности; – умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях в сфере спортивной психологии; – достаточный уровень информационной и коммуникативной культуры
4 (четыре)	<ul style="list-style-type: none"> – достаточные знания в рамках программы государственного экзамена; – использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; – низкая компетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений; – умение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; – недостаточно полное умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в сфере спортивной психологии; – допустимый уровень информационной и коммуникативной культуры
3 (три)	<ul style="list-style-type: none"> – недостаточно полные знания в рамках программы государственного экзамена; – использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными логическими и стилистическими ошибками; – неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности; – некомпетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений; – неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях в сфере спортивной психологии; – низкий уровень информационной и коммуникативной культуры
2 (два)	<ul style="list-style-type: none"> – фрагментарные знания в рамках программы государственного экзамена; – неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;

Баллы	Показатели оценки
	<ul style="list-style-type: none">– неумение использовать научную терминологию в сфере спортивной психологии, наличие в ответе грубых логических ошибок;– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры
1 (один)	<ul style="list-style-type: none">– отсутствие знаний и компетенций в рамках программы государственного экзамена или отказ от ответа

Учебное издание

ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА

по направлению специальности
1-88 02 01-03 «Спортивно-педагогическая деятельность
(спортивная психология)»

Составитель:
Скробут Татьяна Александровна

Корректор *H. С. Геращенко*
Компьютерная верстка *B. А. Гоцко*

Подписано в печать 20.05.2025. Формат 60×84/₁₆. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 1,39. Уч.-изд. л. 1,02. Тираж 80 экз. Заказ 75.

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий
№ 1/153 от 24.01.2014.
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.