

**Департамент образования и науки города Москвы  
Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»**

Программа вступительного испытания для поступающих в магистратуру

Направление подготовки

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Программа подготовки

«Психология спорта и достижений»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Вступительное испытание проводится в **устной** форме. Экзамен проходит в дистанционной форме.

На подготовку абитуриенту отводится 30 минут, устный ответ составляет 10 минут. В течении 5 минут абитуриент отвечает на вопросы членов экзаменационной комиссии.

Экзаменационный билет содержит один вопрос, который предусматривает выявление компетенции абитуриента в области теории и практики современной педагогики, психологии, специальной педагогики и психологии, что позволяет в процессе дискуссии оценить его психолого-педагогическую культуру и эрудированность. Вопрос экзаменационного билета сформулирован достаточно объемно, что позволяет абитуриенту в полной мере проявить способность к творческому конструированию ответа и свободно дискутировать с членами экзаменационной комиссии по тематике вопроса. Формулировка вопросов ориентирует поступающего в магистратуру на проблемное изложение и разноплановый анализ материала с позиции междисциплинарного подхода.

В процессе ответа на экзаменационный билет члены комиссии могут задавать уточняющие и дополнительные вопросы.

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Максимальная оценка за экзамен – **200 баллов**.

### Критерии оценки:

- Четкость, понятность содержания, полнота ответа на вопрос экзаменационного билета.
- Свободное адекватное использование абитуриентом профессиональной терминологии.
- Умение правильно, связно и логично излагать свои мысли.
- Умение формулировать и аргументированно отстаивать свою точку зрения в процессе дискуссии.
- Умение отвечать на дополнительные вопросы членов экзаменационной комиссии.

### Параметры оценки:

– **200 – 175 баллов** – Абитуриент полностью раскрыл тематику вопроса, подробно представил современное состояние проблемы, продемонстрировав степень ее разработанности отечественными и/или зарубежными исследователями. В ответе абитуриент показал всесторонние, систематические и глубокие знания фундаментальных дисциплин в области специального образования. Он последовательно, четко, логично изложил материал, свободно использовал специальную терминологию (при глубоком понимании темы), иллюстрировал ответ примерами, обосновывая и аргументируя свою точку зрения в процессе дискуссии. Абитуриент свободно дискутировал с членами экзаменационной комиссии, отвечал на все дополнительные вопросы.

– **174 – 135 баллов** – Абитуриент в целом раскрыл тематику вопроса. При ответе абитуриент охарактеризовал современное состояние проблемы. В его ответе отражены системные знания по вопросу, представлены взаимосвязи основных понятий соответствующей отрасли знаний. Ответ абитуриента достаточно логичен, последовательно изложен, иллюстрирован конкретными примерами, с привлечением практического опыта для обоснования. Абитуриент обосновал собственную точку зрения, частично ее аргументируя в процессе дискуссии. Не всегда адекватно

использовал специальную терминологию. Ответил на большинство дополнительных вопросов.

– **134 – 100 баллов** – Абитуриент продемонстрировал поверхностное понимание тематики вопроса. В его ответе недостаточно раскрыто содержание проблемы, он испытывал трудности в установлении взаимосвязей между основными понятиями; затруднялся связать теоретические знания с практической деятельностью. Абитуриент способен сформулировать свою точку зрения, но затруднялся в ее обосновании и аргументации в процессе дискуссии. Эпизодически и не всегда верно использовал специальную терминологию, заменяя ее житейской лексикой. Демонстрировал недостаточно последовательное, четкое изложение материала. Для уточнения некоторых позиций требовалось задавать абитуриенту дополнительные вопросы.

– **99 – 50 баллов** – Абитуриент обнаружил недостаточное знание основных теоретических аспектов, не смог связно изложить свои мысли. Была нарушена логика, последовательность изложения основных мыслей по вопросу, неадекватно использовалась специальная терминология. При ответе на дополнительные вопросы абитуриент продемонстрировал неполное понимание проблемы, неспособность связать теоретические знания и практический опыт; не выстроил систему аргументации. Дополнительные вопросы экзаменаторов не помогли абитуриенту раскрыть собственную точку зрения.

– **49 – 0 баллов** – Ответ абитуриента на экзаменационный билет отражал систему его «житейских» представлений на заявленную проблему. Абитуриент продемонстрировал полное ее непонимание, не дал определения базовым понятиям, не смог назвать ни одной научной теории. Логика и последовательность изложения материала отсутствовали. Специальная терминология не использовалась. Абитуриент не смог ответить на дополнительные вопросы.

Абитуриент, набравший по итогам экзамена, ниже установленного Университетом минимального балла (50 баллов), считается не сдавшим вступительное испытание и выбывает из участия в конкурсе.

# **ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ**

## **Раздел 1. Педагогика физического воспитания и спорта**

### **Педагогика, как наука, ее предмет, основные категории, структура**

Предмет педагогики. Функции педагогической науки. Структура педагогического знания. Состав педагогических наук, связь с другими науками. Содержание основных педагогических категорий: образование, воспитание, обучение, развитие, педагогическая система, педагогический процесс. Методы педагогической науки. Научные идеи Л.С. Выготского, П.П. Блонского, В.А. Сухомлинского, К.Д. Ушинского.

### **Становление и развитие педагогической науки и практики**

Образование в древних цивилизациях, педагогические воззрения античных философов. Афинская и спартанская системы образования. Образование и воспитание в Средние века. Педагогические идеи и школа в эпоху Возрождения. Педагогические концепции Просвещения. Традиции отечественного образования. Европейское и Российское образование в 19 веке. Основные тенденции развития образования в XX веке.

История возникновения и развития физической культуры. Истоки и предистория физической культуры у разных народов: религиозные обряды, инициации. Физическое воспитание в Древнем Риме. Системы воспитания в Древней Греции (Спарта, Афины). Древние Олимпийские Игры.

### **Понятия «физическая культура», «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическое упражнение»**

Возрастные особенности физического развития детей. Связь умственного и физического развития и воспитания. Цель и задачи физического воспитания. Физическая культура и физическое воспитание на современном этапе.

### **Формы и методы физического воспитания. Факторы, влияющие на формирование личности**

Коллективные и индивидуальные формы физического воспитания. Понятия и классификация методов воспитания. Методы формирования сознания личности, методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности (классификация Г.И. Щукиной). Упражнение как воспитание и обучение в физической культуре. Биологические, социальные факторы. Социализация личности. Семья как фактор социализации. Воспитание как целенаправленный фактор формирования личности. Физическое воспитание в становлении личности.

### **Профессиональная компетентность специалистов в психологии и педагогике**

Профессия и профессиограмма. Требования профессии к личности, основным качествам личности будущего педагога. Характеристика основных педагогических

умений тренера, педагога ФК: аналитические, организационные, дидактические, координационные и другие.

### **Методы и принципы обучения**

Понятие и характеристика основных методов обучения. Различные подходы к классификации методов обучения. Практические, наглядные, словесные методы. Видеометоды и методы работы с книгой на современном этапе. Методы обучения в физической культуре. Общие и специфические принципы обучения. Принципы сознательности и активности, наглядности, систематичности и последовательности, прочности, научности, доступности.

Методы научно-педагогического исследования и их характеристика. Основы научно-исследовательской работы. Анализ литературы. Педагогическое наблюдение. Педагогический эксперимент. Тестирование и анкетирование как методы научно-педагогического исследования. Тестирование в физическом воспитании.

## **Раздел 2. Психология**

### **Предмет и методы психологии**

Особенности психологии как науки. Понятие предмета и объекта науки. Задачи общей психологии. Роль и место психологии в системе естественных и общественных наук. Основы деятельностного подхода, разработанного в трудах ведущих отечественных психологов Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна.

Методы психологии: наблюдение, эксперимент, опрос, тесты, беседа, консультация, психокоррекция, тренинг и др.

### **Возрастная периодизация человека**

Основные подходы к периодизации жизненного цикла человека. Сравнение понятий: паспортный возраст, психологический возраст, биологический возраст. Онтогенез. Ведущая деятельность. Сенситивные периоды. Возрастные кризисы.

### **Психические процессы**

Общее понятие об ощущении. Виды ощущений. Основные свойства и характеристики ощущений. Сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений. Развитие ощущений. Характеристика основных видов ощущений. Индивидуальные различия в восприятии и его развитие у детей. Предмет и фон в восприятии. Специфика особенностей проявления восприятия в спортивной деятельности.

Понятие внимания. Основные виды внимания. Развитие внимания. Роль внимание в успешности спортивной деятельности.

Определение и общая характеристика памяти. Работы Г. Эббингауза, П.И. Зинченко. Основные виды памяти. Основные процессы и механизмы памяти. Индивидуальные особенности памяти и ее развитие. Особенности проявления памяти в спортивной деятельности.

Природа и основные виды мышления. Основные формы мышления. Теоретические и экспериментальные подходы к исследованию мышления. Основные

виды умственных операций. Решение сложных мыслительных задач и творческое мышление. Развитие мышления. Особенности проявления мышления в спортивной деятельности. Работы П.Я. Гальперина.

Общая характеристика речи. Физиологические основы речи. Теоретические проблемы возникновения речи. Основные виды речи. Развитие речи у ребенка.

Понятие об эмоциях и чувствах. Виды эмоций и чувств и их общая характеристика. Физиологические основы и психологические теории эмоций. Развитие эмоций и их значение в жизни человека. Регуляция эмоциональных состояний в спортивной деятельности.

Общая характеристика волевых действий. Структура волевого действия. Волевые качества личности. Функции воли. Показатели волевой активности. Физиологические и мотивационные аспекты волевых действий. Специфика проявления волевых процессов в спортивной деятельности.

Психологическая характеристика личности

Понятие личности. Соотношение понятия «личность» с понятиями «индивид», «человек», «индивидуальность». Психологическая структура личности. Возрастная периодизация и развитие личности. Работы А.Г. Ковалева,

Б.Г. Ананьева, К.К. Платонова.

Направленность личности. Интересы, мировоззрение, ценностные ориентации и личностные смыслы.

Самосознание и Я – концепция личности. Структура самосознания. Генезис самосознания. Самооценка и уровень притязаний.

Роли, позиции и социальные установки личности в группе.

### **Психические свойства личности**

Понятие о темпераменте. Краткий обзор учений о темпераменте. Работы Б.М. Теплова, Э. Кречмера, У. Шелдона. Физиологические основы темперамента. Психологические характеристики темперамента и особенности. Понятие о характере. Структура характера. Проблема формирования и воспитания характера. Акцентуации характера. Работы Л. Леонгарда, Э. Фрома, А Адлера.

Общая характеристика способностей человека. Уровни развития способностей и индивидуальные различия. Природа человеческих способностей. Развитие способностей.

Понятие о направленности личности и мотивации деятельности.

Психологические теории мотивации. Основные закономерности развития мотивационной сферы. Мотивационное поведение как характеристика личности.

### **Раздел 3. Предмет и задачи спортивной психологии**

#### **Становление и развитие отечественной спортивной психологии**

Работы по спортивной психологии в 20-х годах XX века. Первые кафедры психологии в спортивно-физкультурных вузах страны. Московская и ленинградская

(петербургская) научные школы спортивной психологии. Психология спорта с позиций Е.П. Ильина, Л.П. Матвеева, Л.К. Сафонова, В.К. Серовой. Психопедагогика спорта в работах Г.Д. Горбунова. Комплексные научные группы. Международное признание отечественных психологов спорта. Теория и практика психологической работы со спортсменами в трудах А.В. Родионова.

### **Этапы работы спортивного психолога**

Первый этап работы с конкретным спортсменом или командой – спортивный психолог должен понять, кто является его клиентом. Второй этап – определение целей, этап сближения со спортсменами, командой. Третий этап – спортивный психолог изучает проблем, которые ему предстоит решить. Методы работы: наблюдение, беседа, опросные методы, методы биологической обратной связи и др.



## ПРИМЕРЫ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ ВОПРОСОВ

*Все вопросы и задания, представленные в данном разделе, являются ПРИМЕРНЫМИ!*

*Мы публикуем их для формирования у Вас общего понимания, что будет на вступительном испытании. На самом экзамене у Вас уже будут реальные билеты и задания. Они могут отличаться от того, что представлено в данном разделе.*

1. Содержание основных педагогических категорий: образование, воспитание, обучение, развитие, педагогическая система, педагогический процесс. Методы педагогической науки.

2. Требования профессии педагога к основным качествам личности. Характеристика основных педагогических умений тренера, педагога ФК: аналитические, организационные, дидактические, координационные и другие.

3. Педагогические основы воспитания как целенаправленного фактора формирования личности. Физическое воспитание в становлении личности.

4. Коллективные и индивидуальные формы физического воспитания. Понятия и классификация методов воспитания.

5. Основы научно-исследовательской работы. Педагогическое наблюдение. Педагогический эксперимент. Тестирование и анкетирование как методы научно-педагогического исследования в физическом воспитании.

6. Методы обучения в физической культуре. Общие и специфические принципы обучения. Принципы сознательности и активности, наглядности, систематичности последовательности, прочности, научности, доступности.

7. Место психологии в системе наук. Особенности психологии как науки. Понятие предмета и объекта науки. Задачи психологии.

8. Восприятие как способ познания действительности. Основные феномены восприятия: сенсорное качество, конфигурация, система отсчета, константность, предметность, установка.

9. Основные виды внимания. Свойства произвольного внимания, методы их исследования и развития.

10. Природы и основные виды мышления. Основные формы мышления. Решение сложных мыслительных задач и творческое мышление. Развитие мышления. Особенности проявления мышления в спортивной деятельности.

11. Виды эмоций и чувств и их общая характеристика. Особенности эмоционального развития в различные возрастные периоды. Эмоциональная зрелость и эмоциональная культура.

12. Потребности и мотивы. Виды мотивов. Развитие мотивационной сферы.

13. Понятие о способностях. Общие и специальные способности. Способности, задатки и индивидуальные различия людей. Природа человеческих способностей. Развитие способностей.

14. Общая характеристика волевых действий. Структура волевого действия. Волевые качества личности. Функции воли.

15. Понятие личности. Соотношение понятия «личность» с понятиями «индивид», «человек», «индивидуальность».

16. Направленность личности. Интересы, мировоззрение, ценностные ориентации и личностные смыслы.

17. Самосознание и Я – концепция личности. Структура самосознания. Самооценка и уровень притязаний.

18. Представления о характере в психологии. Типология характеров. Соотношение темперамента, характера, личности.

19. Предмет и задачи спортивной психологии.

20. Этические проблемы спортивной психологии.

21. Содержание основных этапов организации работы спортивного психолога со спортсменом (знакомство и сближение, исследование проблем спортсмена, построение и реализация программы коррекции).

22. Формы и содержание взаимодействия спортивного психолога со спортсменом.

23. Основные задачи спортивного психолога (оценка целей, стоящих перед

спортсменом, консультации с целью выявления сильных и слабых сторон спортсмена, освоение психологических техник, мониторинг состояния спортсмена).

24. Специфика задач спортивного психолога для разных видов спорта.

25. Направления и содержание кооперации спортивного психолога с другими специалистами.

26. Общее и частное в развитии мотивации спортсменов в разных видах спорта.

27. Психофизиологическая диагностика в спорте.

28. Диагностика индивидуальных особенностей спортсмена.

29. Методы психологического воздействия в спортивной психологии.

30. Проблема эмоциональной устойчивости в спорте. Регуляция эмоциональных состояний в спортивной деятельности.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бобченко Т.Г. Психологические тренинги. Основы тренинговой работы. Учебное пособие. – М.: Юрайт. 2020. – 132 с.
2. Болотова А.К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. Учебник и практикум. – М.: Юрайт. 2019. – 340 с.
3. Борисова М.М. Педагогика детского оздоровит. лагеря: Уч. / М.М. Борисова, Н.Н. Илюшина, Н.П. Павлова и др. – М.: Инфра-М, 2018. – 224 с.
4. Брайнет Дж. Кретти Психология в современном спорте / Брайнет Дж. Кретти. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – 224 с.
5. Волосных, В.Ф. Психологические особенности киберспорта, как вида деятельности / В.Ф. Волосных, Н.И. Николаева // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения : материалы IX Всерос. науч.-практ. конф., г. Москва, 19 апр. 2019 г. / Департамент образования г. Москвы, Гос. автоном. образоват. учреждение высш. образования "Моск. гор. пед. ун-т", Ин-т естествознания и спорт технологий. - М., 2019. - С. 258-260.
6. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте / Л.Д. Гиссен. – М.: Советский спорт, 2017. – 312 с.
7. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта: учеб. пособие для СПО / Г.Д. Горбунов. – 6-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 269 с.
8. Дергач, Е. А. Уход из спорта: причины и особенности : монография / Е. А. Дергач, С. К. Рябинина ; Сибирский федеральный университет. – Москва ; Красноярск : ИНФРА-М : СФУ, 2018. – 173 с.
9. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений / Р.М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2019. – 370 с.
10. Загайнов Рудольф Максимович Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления / Загайнов Рудольф Максимович. – М.: Советский спорт, 2016. – 754 с.
11. Загайнов, Р. М. Психология современного спорта высших достижений : [записки практического психолога спорта] / Рудольф Загайнов. – Москва : Советский спорт, 2012. – 290 с.
12. Иванов А.В. Развитие энергетических качеств юного человека в педагогике сознания: Монография. – М.: Перспектива, 2017. – 176 с.
13. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – М.: Питер, 2018. – 352 с.
12. Китаева М.В. Психология победы в спорте / М.В. Китаева. – М.: Феникс, 2019. – 208 с.
14. Ильин, Е. П. Психология спорта : [учебник] / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 351 с.
15. Косинов, С. С. Спорт в системе социальной мобильности и жизненной самореализации молодежи в России : монография / С. С. Косинов ; под ред. П. С.

Самыгина. – Москва : РУСАЙНС, 2018. – 126 с.

16. Кравченко А. Психология и педагогика: Учебник / А. Кравченко. – М.: Проспект, 2019. – 400 с.

17. Ловягина, А. Е. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина ; под ред. А. Е. Ловягиной. – Москва : Юрайт, 2018. – 531 с.

18. Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учебное пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; [под науч. ред. В. Н. Люберцева] ; Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Москва ; Екатеринбург : Юрайт : Изд-во Уральского университета, 2018. – 96 с.

19. Малкин, В.Р. Спорт – это психология [Электронный ресурс] / В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева. - М.: Спорт, 2015.

20. Масалова, О. Ю. Теория и методика физической культуры : учебник / О. Ю. Масалова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. – 572 с.

21. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культуры – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2019. – 344 с.

22. Наука о спорте. Энциклопедия систем жизнеобеспечения / Гл. редактор А.Д. Жуков. Издательство ЮНЕСКО, Издательский дом «Магистр-пресс», 2011. – 1000 с.

23. Немов Р.С. Общая психология в 3 томах. Учебник и практикум для академического бакалавриата. – М.: ЮРАЙТ, 2018.

24. Немов Р.С., Романова Е.С. Общая психология. В двух частях. Учебник. – М.: ВЛАДОС, 2020.

25. Палий В.И. Особенности формирования мотивации у подростков к занятиям мини-футболом на этапе начальной подготовки / В.И. Палий // Вестник спортивной науки. - 2020. - № 5. - С. 31-38.

26. Папуша А.Т. Технологии биологической обратной связи при достижении спортивного результата / А.Т. Папуша, Е.Ю. Федорова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: "Естественные науки". - 2020. - № 3 (39) 2020. - С. 18-24.

27. Педагогика физической культуры. Учебник для студентов ВУЗов / Под ред. Неверковича С.Д. – М.: Academia, 2017. – 400 с.

28. Педагогика. Учебник для ВУЗов. Стандарт третьего поколения / Под ред. П. Тряпицыной. – СПб.: Питер, 2018. – 16 с.

29. Прохорова М.В. Педагогика физической культуры: Учебник / М.В. Прохорова, А.А. Сидоров, Б. Синюхин. – М.: Альянс, 2016. – 292 с.

30. Психология и современный спорт: Сборник научных работ психологов спорта социалистических стран. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 328 с.

31. Психология спорта: Монография / Под ред. Ю.П. Зинченко, А.Г. Тоневицкого. – М.: МГУ, 2011. – 424 с.
32. Рибо Т.А. Психология внимания: Либроком, 2016.
33. Родионов А.В. Психология детско-юношеского спорта / А.В. Родионов. – М.: Физическая культура, 2019. – 558 с.
34. Родионов В.А. Спортивная психология – М.: Юрайт, 2015. – 367 с.
35. Сафонов В.К. Психология в спорте. Теория и практика / В.К. Сафонов. – М.: Издательство Санкт-Петербургского университета, 2018. – 232 с.
36. Серова Л.К. Психология личности спортивного тренера [Электронный ресурс]: монография / Л.К. Серова, Р.Н. Терехина. - М.: Спорт : Человек, 2019.
37. Серова Л.К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов / Л.К. Серова. - М.: Юрайт, 2020.
38. Серова, Л.К. Психология личности спортсмена: учеб. пособие для СПО / Л.К. Серова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. –124 с.
39. Спортивная психология : учебник / Г.Д. Бабушкин [и др.]. — Саратов: Вузовское образование, 2021. — 400 с.
40. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022.— 147с.— (Высшее образование).— Текст: непосредственный.
41. Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 208 с.
42. Юров, И. А. Психологические свойства спортсменов : учебное пособие / И. А. Юров. – Москва : РУСАЙНС, 2017. – 107 с.

**Электронно-библиотечные системы (ЭБС), базы данных, информационно- справочные и поисковые системы:**

43. <http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурса
44. <http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал
45. <http://www.biblioclub.ru/> Университетская библиотека Online
46. <https://sport-psychology.ru> Спортивная психология