

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Училище олимпийского резерва № 1»**

**ПРИНЯТО**  
Педагогическим советом  
протокол № 13 от 18 июня 2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
ДИРЕКТОР СПб ГБПОУ «УОР № 1»

\_\_\_\_\_ **В.А. КУЗНЕЦОВ**

19 июня 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОГСЭ.03 ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ**

программа подготовки специалистов среднего звена  
**49.02.01 Физическая культура**

**Санкт-Петербург**

**2024 год**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 49.02.01 Физическая культура, рабочего учебного плана СПб ГБПОУ «УОР № 1» по специальности 49.02.01 Физическая культура углубленной подготовки.

Организация-разработчик: Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Училище олимпийского резерва № 1».

Разработчик: Носачева С.Ю., преподаватель дисциплины ОГСЭ.03 Психология общения.

Рассмотрено на заседании предметно-цикловой комиссии дисциплин профессионального цикла СПб ГБПОУ «УОР № 1»

Протокол № 14 от 31 мая 2024 г.

Председатель предметно-цикловой комиссии дисциплин профессионального цикла – С.Н. Бекасова

СОГЛАСОВАНО

Работодатель:  
директор СПб ГБУ СШОР по водным видам спорта «Экран» – А.К. Маслеников  
10 июня 2024 г.

Работодатель:  
директор СПб ГБУ СШОР «Комета» –  
А.Х. Ариткулов  
10 июня 2024 г.

Утверждено приказом СПб ГБПОУ «УОР № 1» от 19.06.2024 № 181 «Об утверждении учебных планов, графиков учебного процесса, рабочих программ учебных дисциплин (модулей) и практик, фондов оценочных средств, учебно-методических рекомендаций, рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы на 2024-2025 учебный год – образовательных программ среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура»

## СОДЕРЖАНИЕ

|  | стр. |
|--|------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ              | 4    |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                 | 7    |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ   | 11   |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 13   |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.03 Психология общения является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

## 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина ОГСЭ.03 Психология общения является частью цикла общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин (ОГСЭ.00) в структуре программы подготовки специалистов среднего звена и направлена на формирование следующих компетенций:

### **общих компетенций:**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать математические знания для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей и содержания.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

### **профессиональных компетенций:**

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

#### **Цели:**

– системно раскрыть сущность, структуру и уровни общения, определить модели общения.

– сформировать представления о вербальных и невербальных средствах общения, определить взаимосвязь общения и деятельности.

#### **Задачи:**

- рассмотреть основные стратегии общения, раскрыть проблемы понимания собеседника, техники и приемы общения;
- изучить правила слушания и запоминания;
- показать индивидуальные особенности личности: типологии темперамента и социотипов, особенности взаимодействия в рабочей группе; требования, предъявляемые к публичному выступлению;
- рассмотреть пути преодоления конфликтных ситуаций и этические принципы общения.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

У.1. Применять техники и приёмы эффективного общения в профессиональной деятельности;

У.2. Использовать приёмы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;

У.3. Управлять невербальными средствами общения и определять психоэмоциональное состояние собеседника.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

3.1. Взаимосвязь общения и деятельности;

3.2. Цели, функции, виды и уровни общения;

3.3. Виды социальных взаимодействий;

3.4. Роли и ролевые ожидания в общении;

3.5. Механизмы взаимопонимания в общении;

3.6. Техники и приёмы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;

3.7. Этические принципы общения;

3.8. Источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов;

3.9. Особенности общения с детьми, не владеющими русским языком.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет **78** часов, в том числе:

– обязательная аудиторная учебная нагрузка - 52 часа;

– самостоятельная работа - 26 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| <b>Вид учебной работы</b>                                     | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                  | <b>78</b>          |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>       | <b>52</b>          |
| в том числе:  |                    |
| практические занятия  | 18                 |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>             | <b>26</b>          |
| в том числе:  |                    |
| выполнение заданий творческого характера                      | 26                 |
| <b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b> |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, практические занятия, контрольные и самостоятельные работы   | Объем часов | Уровень освоения |
|--|---|-------------|------------------|
| <b>Раздел 1. Введение в учебную дисциплину</b><br><br>Тема 1.1.<br>Психология общения как учебная дисциплина | Основные понятия «Психологии общения». История развития науки.<br>Единство общения и деятельности.<br>Содержание, цели и средства общения в спортивной деятельности.  | 2           | 1                |
| <b>Раздел 2. Психология общения</b><br><br>Тема 2.1.<br>Общение – основа человеческого бытия                 | Понятие об общении. Общение в системе межличностных отношений. Виды общения: дружеское и деловое, лично-социально-ориентированное, по целям, прямое и опосредованное. Функции общения: познавательная, экспрессивная, воспитывающая, образовывающая, социализирующая, социально-психологического отражения. Структура общения (стадии и фазы общения, каналы общения). Социальная роль, типология социальных ролей, ролевое поведение. Классификация видов общения в спорте. Особенности общения в спорте (на примере малой группы), в системах «тренер-спортсмен» и «спортсмен-спортсмен». | 4           | 1, 2             |
|  | <b>Практическое занятие:</b> анализ ситуаций общения (литературных героев, героев кинофильмов).   | 2           | 2,3              |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br>Задание творческого характера: «Особенности средств общения в спорте», «СПТ в спорте».  | 2           |                  |
| Тема 2.2.<br>Общение как восприятие людьми друг друга (социальная перцепция)                                 | Социальная перцепция (понятие, структура). Механизмы межличностного восприятия и взаимопонимания. Эффекты общения (присутствия, совместной деятельности и другие). Искажения в процессе восприятия.   | 4           | 1, 2             |
|  | <b>Практическое занятие:</b> «Имидж – залог успеха в профессиональном общении». Анализ ситуаций общения (литературных героев, героев кинофильмов, героев спортивных ситуаций); упражнения для овладения самопрезентацией студента.  | 2           | 2,3              |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br>Задание творческого характера: «Общение в спорте (на примере избранного вида спорта)», «Проявления маскулинности и фемининности в спорте и жизни человека».   | 4           |                  |
| Тема 2.3.<br>Общение как взаимодействие (интерактивная сторона общения).                                     | Взаимодействие как организация совместной работы; типы взаимодействия: кооперация и конкуренция; заражение, внушение и убеждение; ориентация на понимание и ориентация на контроль. Признаки психоэмоционального состояния: комфортное, дискомфортное; регуляция психоэмоционального состояния: регуляция дыхания, регуляция мышечного тонуса, аутогенная тренировка.   | 4           | 1,2              |
|  | <b>Практическое занятие:</b> техники саморегуляции психоэмоционального состояния. Диагностика психоэмоционального состояния юного спортсмена в стартовой деятельности.  | 2           | 2,3              |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br>Задание творческого характера: диагностика психоэмоционального состояния юного спортсмена в стартовой деятельности и методы коррекции неблагоприятных состояний.  | 4           |                  |



|  |   |   |     |
|--|---|---|-----|
| Тема 2.4.<br>Общение как обмен информацией (коммуникативная сторона общения).        | Виды слушания: рефлексивное и нереплексивное слушание. Коммуникативные барьеры. Толерантность как средство повышения эффективности общения. Особенности общения с детьми, не владеющими русским языком. Средства общения: вербальные (речевые) и невербальные (оптико-кинетическая, паралингвистическая, экстралингвистическая, проксемика и другие системы знаков).  | 6 | 1,2 |
|  | <b>Практическое занятие:</b> приемы активного слушания. Управление невербальными средствами общения.  | 2 | 2,3 |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Задание творческого характера:   | 4 |     |
| Тема 2.5.<br>Формы делового общения и их характеристики.                             | Характеристика беседы, типы и структура беседы; правила эффективной беседы. Формы постановки вопросов: открытые, закрытые, риторические, радикальные. Виды убеждения: информирование, разъяснение, доказательство, опровержение, аргументация. Принципы выбора эффективного воздействия. Психологические особенности ведения деловых дискуссий и публичных выступлений. Особенности профессиональной речи.                                | 4 | 1,2 |
|  | <b>Практическое занятие:</b> Ролевые игры, направленные на развитие навыков публичного выступления, на развитие умения аргументировать и убеждать. Анализ ролевых игр.  | 2 | 2,3 |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br>Задание творческого характера   | 4 |     |
| Разделы 1-2  | <b>Практическое занятие:</b><br>Обсуждение тем раздела:<br>1. Общение как процесс. Теории интеракций.<br>2. Виды общения.<br>3. Функции общения.<br>4. Механизмы общения.<br>5. Эффекты общения.<br>6. Средства общения: вербальные и невербальные.<br>7. Общение как перцепция, интеракция, коммуникация.<br>Тестирование № 1  | 2 | 3   |
| <b>Раздел 3.<br/>Конфликты и способы их предупреждения и разрешения</b>              | Конфликты: структура, виды, стратегии поведения (по Томасу): соперничества, сотрудничества, компромисс, избегание, приспособление. Невербальные проявления конфликта. Конфlikтообразующие мотивы в спорте: индивидуально-психологические особенности, особенности личности тренера и спортсмена, особенности требований спорта и их нарушение и другие. Правила поведения в конфликтах. Трудности общения (психологические и социальные). | 6 | 1,2 |
|  | <b>Практические занятия:</b> определение стратегии поведения в конфликте (по Томасу). Социально-психологический тренинг (упражнения, развивающие коммуникативные умения и навыки; упражнения-преодоления трудной педагогической ситуации; тренинг уверенности в различных ситуациях, тренинг самопрезентации).  | 2 | 2,3 |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br>Задание творческого характера:<br>«Межличностные конфликты в спорте»,<br>«Психологическая помощь в преодолении кризисов».   | 4 |     |
| Тема 3.1.<br>Конфликт, его сущность и основные характеристики.<br>Трудности Общения. | Этика и мораль; категории этики, нормы морали. Моральные принципы и нормы как основа эффективного общения. Деловой этикет в профессиональной деятельности; взаимосвязь делового этикета и этики деловых отношений.  | 4 | 1,2 |

|   |   |           |   |
|---|---|-----------|---|
| <p><b>Раздел 4.</b><br/><b>Этические нормы общения</b></p> <p>Тема 4.1.<br/>Общие сведения об этической культуре.</p> | <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br/>Задание творческого характера:<br/>«СПТ в спорте»,<br/>«Психологическая помощь в преодолении кризисов».</p>   | 4         |   |
| <p>Разделы 3-4</p>  | <p><b>Практическое занятие:</b><br/>Обсуждение тем раздела:<br/>1. Трудности и барьеры общения.<br/>2. Конфликты.<br/>3. Особенности поведения в конфликте.<br/>4. Моральные принципы и нормы как основа эффективного общения.<br/>Тестирование № 2</p> | 2         | 3 |
| <b>Дифференцированный зачет</b>   |   | 2         |   |
| <b>Всего:</b>   |   | <b>78</b> |   |

Уровень освоения учебного материала: 1 - ознакомительный (воспроизведение информации, узнавание (распознавание), объяснение ранее изученных объектов, свойств и т.п.); 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством); 3 - продуктивный (самостоятельное планирование и выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета педагогики и психологии.

##### **3.1.1. Оборудование учебного кабинета**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- автоматизированное рабочее место преподавателя (АРМП), оборудованное персональным компьютером с лицензионным или свободным программным обеспечением, соответствующим разделам программы и подключенным к сети Internet и средствами вывода звуковой информации.

Технические средства обучения:

- мультимедиапроектор;
- экран;
- или интерактивная доска.

##### **3.1.2. Учебно-методическая документация:**

- рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.03 Психология общения ;
- тематический план;
- конспекты занятий;
- методические рекомендации по выполнению практических заданий;
- методические рекомендации по выполнению самостоятельных работ;
- комплект оценочных средств учебной дисциплины.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы:

##### **Основные источники:**

1. Панфилова, А. П. Психология общения / А. П. Панфилова – Москва : Академия, 2019.

##### **Дополнительные источники:**

1. Ильин, Е. П. Психология общения и межличностных отношений / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. 930 с.
2. Пиз, А. Новый язык телодвижений. Расширенная версия / А. Пиз, Б. Пиз – Москва : Эксмо, 2012.- 416 с.
3. Поварнин, С. И. Искусство спора / С. И. Поварнин. – Санкт-Петербург : Терра-Книжный клуб, 2009.

4. Поленова. Т. П. Школа эффективного общения / Т. П. Поленова. – Ростов на Дону : Феникс, 2009.

5. Чалдини, Р. Психология влияния / Р. Чалдини – Москва : ЭКСМО, 2014.

**Перечень Интернет-ресурсов:**

1. Психологический портал рунета «Психологос» : [сайт]. - URL: <https://psychologos.ru/> (дата обращения: 24.05.2022). – Текст : электронный.

2. Словари и энциклопедии на Академике : [сайт]. - URL: <https://dic.academic.ru/> (дата обращения: 24.05.2022). – Текст : электронный.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения самостоятельных работ, тестирования.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)  | Формы и методы контроля и оценки<br>результатов обучения  |
|--|---|
| <b>уметь:</b>  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять техники и приёмы эффективного общения в профессиональной деятельности;</li> <li>- использовать приёмы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения;</li> <li>- управлять невербальными средствами общения и определять психоэмоциональное состояние собеседника.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка результатов выполнения практических заданий,</li> <li>- дифференцированный зачёт</li> </ul> |
| <b>знать:</b>  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимосвязь общения и деятельности;</li> <li>- цели, функции, виды и уровни общения;</li> <li>- виды социальных взаимодействий;</li> <li>- роли и ролевые ожидания в общении;</li> <li>- механизмы взаимопонимания в общении;</li> <li>- техники и приёмы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;</li> <li>- этические принципы общения;</li> <li>- источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов;</li> <li>- особенности общения с детьми, не владеющими русским языком.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос,</li> <li>- тестирование</li> <li>- дифференцированный зачёт</li> </ul>               |