

КОНСПЕКТ

за държавен изпит на студентите от магистърска програма

СПОРТНА ПСИХОЛОГИЯ

1. Актуални проблеми на спорта.
2. Изследователски методи и контрол в спорта.
3. Философски и методологични основи на спорта.
4. Спортна психология. Предмет, обект, задачи. Основни сфери на изследване.
5. Обща психология – предмет, обект, задачи. Основни групи психични явления. Място и роля на психологическите знания в професионалната компетентност на спортния педагог.
6. Психология на развитието. Основни сфери на развитие. Периодизации на психичното развитие. Динамика на спортната кариера. Психологически проблеми на детско-юношеския спорт.
7. Педагогическа психология. Основни теории за ученето. Стратегии за ефективно учене. Индивидуални особености и учене.
8. Социална психология. Междуличностно общуване и взаимодействие. Групи и групова динамика. Психология на управлението и ръководството на спортния отбор.
9. Психология на личността. Теории за личността. Личност и реализация в спорта. Личностна активност. Регулация и саморегулация на поведението на спортиста и треньора – механизми, методи.
10. Същност и характеристики на мотивацията. Теории за мотивацията. Мотивация за занимания със спорт и физическа активност. Мотивационен климат в спортния отбор. Управление на мотивацията в спорта.
11. Експериментална психология. Предмет, функции и основни насоки на експерименталните изследвания. Фактори, застрашаващи чистотата на експеримента. Репрезентативност и валидност - външна и вътрешна валидност. Планиране на експеримента. Експериментални схеми.
12. Психодиагностиката като наука и практическа дейност. Психометрични основи на психодиагностиката – надеждност, валидност, репрезентативност на тестовите норми. Технология по създаването и адаптирането на психодиагностични методики. Основни сфери на психодиагностика в спорта.
13. Психологическо осигуряване на спортната дейност – същност, място и значимост. Основни направления на психологическото осигуряване.
14. Психическата подготовка в спорта. Същност, роля и значимост. Връзка на психическата подготовка с другите страни на спортната подготовка. Видове психическа подготовка – цели и задачи. Методи за психическа подготовка. Планиране на психическата подготовка.
15. Психологически основи на подбора и ориентацията в спорта. Връзка на психологическите характеристики със спортното постижение.
16. Психологически проблеми на треньорската дейност.
17. Психологически аспекти на физическото възпитание и детско-юношеския спорт. Значение на заниманията със спорт в детството и юношеството. Причини за прекратяване на заниманията със спорт. Ролята на връстниците и родителите. Стрес и бърнаут в състезателния спорт в този период. Ефективни треньорски практики. Професионализация на детско-юношеския спорт.
18. Психически състояния. Психически състояния в тренировъчния процес. Предстартови и стартови състояния. Същност, диагностика.
19. Регулация и саморегулация на психичните състояния и поведението на спортиста и треньора

- .20. Психология на възстановяването в спорта. Диагностика на възстановяването. Методи за психическо възстановяване.

Литература:

- Бърк, Л. Изследване на развитието през жизнения цикъл. Дилок, С., 2012.
- Гарднър, Х. Множеството интелигентности. Изток-Запад, С., 2014
- Георгиев, М. Спортна психология. Спортен психолог. НСА-ПРЕС, С., 2003.
- Георгиев, М. Хиперактивност с дефицит на внимание и спорт. Второ преработено и допълнено издание. София, НСАПРЕС, 2019.
- Георгиев, М., Адаптация към стресови ситуации, С., НСА-ПРЕС, 2003.
- Георгиев, М., Функционални състояния, С., НСА-ПРЕС, 2003.
- Герон, Е., Ю. Мутафова-Заберска, Мотивация при физическата дейност и спорта, С., НСА-ПРЕС, 2004.
- Герон, Е., Ю. Мутафова-Заберска, Мотивация при физическата дейност и спорта, втора част. Видове мотивации (преработено и допълнено издание), НСА ПРЕС, С., 2017.
- Домусчиева-Роглева, Г. Предсъстезателна тревожност и стрес в спорта, С., 2009.
- Домусчиева-Роглева, Г. Мотивационни детерминанти на заниманията със спорт. С, НСА ПРЕС, 2023.
- Домусчиева-Роглева, Г. Общуване и взаимодействие в спорта. С., НСА ПРЕС, 2023.
- Желязкова-Койнова, Ж., Практикум по възрастова психология. Част I – Детство, С., 2002.
- Желязкова-Койнова, Ж., Практикум по възрастова психология. Част II – Юношество, С., 2002.
- Ларсен, К., К. Крумов. Социална психология: Нов поглед към личността и социалния свят, София., 2010.
- Минчев. Б. Обща психология. Сиела, София., 2012.
- Москович, С., (Ред.), Социална психология. Дамян Яков. 2006.
- Попов, Н., Психология. Обща психология, НСА-ПРЕС, С., 1999.
- Попов, Н., Психология. Социална психология, НСА-ПРЕС, С., 1999.
- Попов, Н., Психология. Спортна психология. Второ преработено и допълнено издание. НСА-ПРЕС, С., 2015.
- Попов, Н. Треньорът. Психология, адаптация, образование. Второ преработено и допълнено издание. НСА-ПРЕС, С., 2018.
- Савчева, Е. Психични умения за ефективно представяне в спорта. С., НСА ПРЕС, 2023.
- Славин, Р. Педагогическа психология. Наука и изкуство, С., 2004.
- Стърнбърг, Р. Педагогическа психология. София., 2014.
- Янев, В. Спортен интелект. София: НСА ПРЕС, 2015.
- Янев, В., Психология на треньора в спорта, С., НСА-ПРЕС, 2001.
- Янчева, Т., Личност и състезателна реализация, С., НСА-ПРЕС, 2004.
- Янчева, Т., Психологическо осигуряване в елитния спорт, С., НСА-ПРЕС, 2020.
- Taylor, J. (Ed.) Comprehensive Applied Sport Psychology, Taylor & Francis Ltd., 2019
- Weinberg, R. S., & Gould, D. Foundations of sport and exercise psychology. Human kinetics, 2023
- Zenko, Z., Jones, L.. (Eds). Essentials of exercise and sport psychology: An open access textbook Society for Transparency, Openness, and Replication in Kinesiology, 2021
- <https://open.umn.edu/opentextbooks/textbooks/1198>