МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

КОЛЛЕДЖ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ «ВГИФК»

ПСИХОЛОГИЯ

ПРАКТИКУМ

ФИО студента

Курс, группа

Преподаватель

Воронеж
2018

Ярмонова А.А.
Психология: Практикум/ А.А. Ярмонова – Воронеж, 2018

Практикум по дисциплине «Психология» предназначен для самостоятельной работы студентов, закреплению и систематизации своих знаний по дисциплине «Психология», способствует формированию умений и навыков кратко формулировать главную мысль в письменной форме.

Издание составлено на основе типовой программы для вузов физической культуры РФ и предназначено для студентов колледжа физической культуры Воронежского государственного института физической культуры.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка …….4
Раздел 1. Психология как наука ……...5
Раздел 2. Развитие психики в процессе филогенеза и онтогенеза ……8
Раздел 3. Психология личности ……9
Раздел 4. Познавательные психические процессы ……15
Раздел 5. Межличностные отношения и взаимодействия ……20
Раздел 6. Межгрупповые отношения ……..21
Литература …….25

Пояснительная записка

Практикум по дисциплине «Психология» предназначен для студентов колледжа физической культуры. Содержание Практикума соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта по дисциплине «Психология».

С помощью заданий студенты смогут самостоятельно проверить, закрепить и систематизировать свои знания по дисциплине, развить способность кратко выражать главную мысль в письменной форме.

Структура Практикума соответствует разделам учебного курса дисциплины «Психология» и включает в себя шесть разделов и список рекомендуемой литературы.

Содержание Практикума соответствует разделам учебного курса дисциплины и предполагает последовательное выполнение заданий с фиксацией ответов в рабочей тетради. Формулировка ответов должна быть предельно четкой и ясной, укладывающейся в отведенное для ответов место. Задания должны выполняться студентами самостоятельно и в строго отведенные преподавателем сроки выполнения работы.

Раздел 1. Психология как наука

1. Назовите предмет, объект и основные задачи психологии?

_____

_____

_____

_____

2. Понятие «метод» и «методология»:

_____

_____

_____

_____

3. Перечислите методы психологии и кратко опишите каждый:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

4. Какие отрасли психологии являются прикладными? Опишите их:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

5.Основные направления в психологии (назовите представителя и суть направления)

Бихевиоризм_____

_____

_____

_____

_____

Психоанализ

_____

_____

_____

_____

_____

Гештальтпсихология

_____

_____

_____

_____

_____

Гуманистическая психология

Индивидуальная психология

Когнитивная психология

Концепция развития личности Э.Берна

Аналитическая психология К. Юнга

_____

_____

_____

_____

5. Кто из представителей отечественной науки внёс весомый вклад в развитие психологии:

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

Темы раздела зачтены (дата) _____

Подпись преподавателя _____

Раздел 2. Развитие психики в процессе филогенеза и онтогенеза

1. Что такое психика? Каковы её свойства?

   _____

   _____

   _____

   _____

2. На какие периоды традиционно делится жизненный цикл развития человека?

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

3. Каковы основные функции психики?

_____

_____

_____

4. Назовите основные виды деятельности человека?

_____

_____

5. Что такое сознание? Каковы его свойства?

_____

_____

_____

_____

_____

6. Чем отличается сознание от бессознательного?

_____

_____

_____

_____

Темы раздела зачтены (дата) _____

Подпись преподавателя _____

Раздел 3. Психология личности

1. Дайте определение понятиям:

Индивидуальность

_____

_____

Индивид

_____

_____

Личность

_____

_____

Субъект деятельности

_____

_____

2. Дайте определение понятию «характер» и перечислите основные свойства характера?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

3. Опишите типы акцентуации характера по Е.А. Личко:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

4. Дайте определение понятию « темперамент»?

_____

_____

_____

5. Что означает сила нервных процессов?

_____

_____

Уравновешенность:

_____

_____

Подвижность:

_____

_____

6. Назовите свойства и типы темперамента?

_____

_____

_____

_____

_____

7. Что такое способности? Каковы уровни развития способностей?

_____

_____

_____

_____

_____

8. Дайте определение следующим понятиям:

Потребности

_____

_____

Мотивы

Мотивация

9. Согласно классификации потребностей человека по А. Маслоу порядок их появления в процессе индивидуального развития является следующим:

10. Дайте определение следующим понятиям:

Воля

Характеристика произвольных действий:

_____

_____

_____

_____

11. Волевое действие и его структура:

_____

_____

_____

_____

_____

12. Опишите 9 стадий сложного волевого действия:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

13. Перечислите личностные качества, которые в психологии рассматриваются как волевые:

_____

_____

_____

_____

14. Понятие эмоции? Какие виды эмоций существуют?

_____

_____

_____

_____

_____

15. В чем заключается отличие эмоций от чувств?

_____

_____

_____

16. Назовите три пары наиболее простых эмоциональных переживаний?

_____

_____

_____

_____

17. Дайте пояснение следующим понятиям:

Аффект

_____

_____

_____

_____

_____

Стресс

_____

_____

_____

_____

_____

Фрустрация

_____

_____

_____

_____

_____

18.Каковы функции эмоций и чувств?

_____

_____

_____

_____

Темы раздела зачтены (дата) _____

Подпись преподавателя _____

Раздел 4. Познавательные психические процессы

1. Понятие «ощущения» и характеристика ощущений:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

2. Перечислите основные виды ощущений и охарактеризуйте их:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

3. Понятие «восприятие» и виды восприятия:

4. Перечислите свойства восприятия:

5. Представление – это

6. Перечислите виды представлений и основные свойства:

7. Воображение это -

8. Виды воображения:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

9. Понятие «мышление»

_____

_____

_____

_____

10. Поясните следующие виды мышления:

Наглядно-образное

_____

_____

_____

_____

_____

Наглядно-действенное

_____

_____

_____

_____

_____

Словесно-логическое

_____

_____

_____

Абстрактно-логическое

11. Перечислите мыслительные операции:

12. Что такое интеллект и первичные его составляющие?

13. Память и процессы памяти:

14. Перечислите виды памяти:

15. Понятие «внимание» и виды внимания:

16. Перечислите свойства внимания:

_____

_____

Темы раздела зачтены (дата) _____

Подпись преподавателя _____

Раздел 5. Межличностные отношения

1. Понятие «общение» его функции:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

2. Перечислите важные аспекты общения:

_____

_____

_____

_____

Виды общения:

_____

_____

_____

_____

3. Структура общения:

_____

_____

_____

_____

4. Перечислите правила конструктивного общения:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

5. Перечислите виды речи и её функции:

_____

_____

_____

_____

_____

Темы раздела зачтены (дата) _____

Подпись преподавателя _____

Раздел 6. Межгрупповые отношения и взаимодействия

1. Группа это -

_____

_____

_____

2. Назовите признаки группы:

_____

_____

_____

_____

_____

3. Охарактеризуйте разновидности групп:

Большие

_____

_____

Малые

_____

_____

Условные

_____

_____

4. Охарактеризуйте цикл жизнедеятельности группы:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

5. Дайте определение следующим понятиям:

Позиция -

_____

_____

_____

Статус -

_____

_____

_____

Внутренняя установка -

_____

_____

_____

Роль -

_____

_____

_____

Лидер -

_____

_____

_____

6. Охарактеризуйте стили руководства в группе и коллективе:

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

7. Что такое коллектив и каковы его основные признаки?

   _____

   _____

8. Какие правила использует руководитель для успешного функционирования и развития взаимоотношений в коллективе?

9. Перечислите виды взаимоотношений в коллективе?

Темы раздела зачтены (дата) _____

Подпись преподавателя _____

Литература

1. Григорович Л. А., Марцинковская Т. Д. Педагогика и психология. – СПб.: Гардарики, 2009.- 480 с.

2. Книги по психологии и педагогике [электронный ресурс]: [114 книг] // Режим доступа: http://www.edubib.ru/books/books-psihologia.html.

3. Немов Р. С. Психология : учеб. для студ. вузов, обуч. по непсих. спец. / Р. С. Немов. - М. : Юрайт, 2011. - 639 с. : ил.

4. Общая психология : учеб. для студ. вузов : в 7 т. / под ред. Б. С. Братуся ; фак. психологии МГУ им. М. В. Ломоносова, каф. общ. психологии. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2010. - 476 с.

5. Психологическая библиотека [электронный ресурс]:[книги по психологии]//Режим доступа. - http://psylib.myword.ru

6. Психология и педагогика. Пространства взаимодействия. – М.: НИИ школьных технологий, 2010.- 400 с.

7. Столяренко Л. Д. Психология и педагогика: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2010.- 445 с.

8. Электронная библиотека «Гумер» [книги, учебники по психологии, педагогике, другим гуманитарным наукам]// Режим доступа. - http://www.gumer.info/