

# Университетский курс

## Психологические методы, применяемые в спорте

Одобрено NBA



**tech** технологический  
университет



## Университетский курс Психологические методы, применяемые в спорте

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: TECH Технологический университет
- » Режим обучения: 16ч./неделя
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: [www.techitute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/psychological-techniques-applied-sports](http://www.techitute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/psychological-techniques-applied-sports)

# Оглавление

01

Презентация

---

стр. 4

02

Цели

---

стр. 8

03

Структура и содержание

---

стр. 12

04

Методология

---

стр. 16

05

Квалификация

---

стр. 24

# 01

# Презентация

Определение эффективности психологических вмешательств в области спорта – задача, которая в последние годы получила широкое распространение. Спортивная психология предполагает поиск спортивной результативности, и это одна из ее основополагающих задач. Роль, которую играет спортивный психолог, очень важна как на поле, так и за его пределами, при подготовке к соревнованиям и в процессе восстановления. Поэтому данная 100% онлайн-программа направлена на то, чтобы студенты овладели новейшими психологическими методами, которые будут очень полезны при постановке задач и определении целей для спортсмена.





““

*Специалисты в области наук о спорте должны продолжать свое обучение, чтобы адаптироваться к новым разработкам в этой сфере"*

За всеми достижениями и заслугами спортсмена и его команды стоит гораздо более важная движущая сила, чем их физическая сила, скорость или тактика, — это их мышление. Это одна из основных причин, по которой спортсмен должен иметь в своей команде психолога, отвечающего за развитие психической устойчивости спортсмена для достижения успеха.

Спортивный психолог играет очень важную роль в карьере спортсмена, поскольку он/она оказывает непосредственное влияние во многих областях, таких как управление кризисом и стрессом, мотивация, сплоченность и связь группы и др. Данная программа позволит студенту продвигаться в своей профессии по мере обновления знаний, что сделает его/ее полностью квалифицированным специалистом.

Поскольку Университетский курс преподается в 100% онлайн-режиме, студенты не будут обременены фиксированным расписанием или необходимостью перемещения в другое физическое место. Используя устройство с доступом в интернет, они смогут ознакомиться с богатым содержанием, которое поможет вам овладеть психологическими методами, чтобы достичь профессионализма в области наук о спорте. Вы получите доступ к содержанию в любое время суток, таким образом, сумев совместить обучение с вашими рабочими и личными обязанностями.

Данный **Университетский курс в области психологических методов, применяемых в спорте** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разработка практических кейсов, представленных экспертами в области коучинга и психологии спорта
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практичное содержание курса предоставляет практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для осуществления профессиональной деятельности
- ♦ Практические упражнения для самооценки, контроля и улучшения успеваемости
- ♦ Особое внимание уделяется инновационным методологиям
- ♦ Теоретические занятия, вопросы эксперту, дискуссионные форумы по спорным темам и самостоятельная работа
- ♦ Учебные материалы курса доступны с любого стационарного или мобильного устройства с выходом в интернет



*Совмещайте учебу с профессиональной деятельностью, повышая ваши знания в этой области”*

“

*Данный Университетский курс — это лучшая инвестиция, которую вы можете сделать при выборе программы повышения квалификации для совершенствования знаний в области спортивной психологии”*

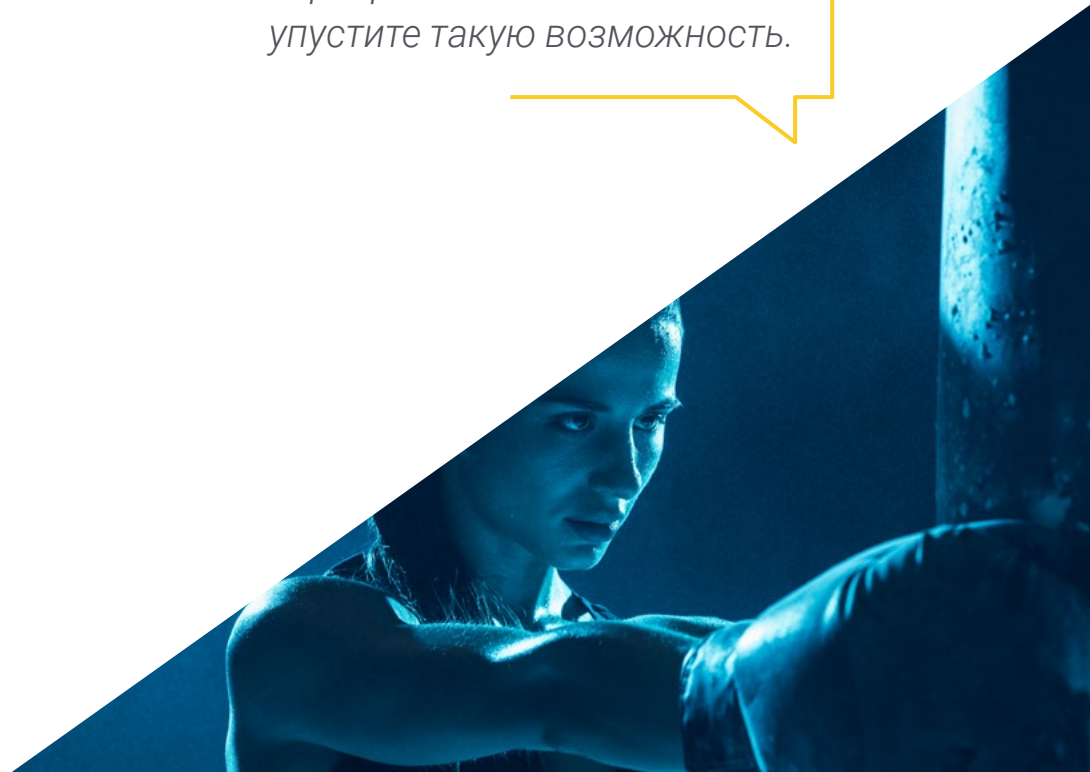
В преподавательский состав программы входят профессионалы из данного сектора, которые привносят в обучение опыт своей работы, а также признанные специалисты из ведущих сообществ и престижных университетов.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит специалисту проходить обучение с учетом контекста и ситуации, т.е. в симулированной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях.

Структура этой программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалисты должны пытаться решить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в ходе программы. В этом им поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

*Мы – единственный онлайн-университет, который предлагает разработки Гарвардского университета в качестве учебного материала в своих программах подготовки.*

*Данная квалификация откроет двери для новых карьерных возможностей. Не упустите такую возможность.*



# 02

## Цели

Помимо ряда целей, структура программы данного Университетского курса позволит студентам обрести уверенность и положительное влияние на спортсмена посредством разработки для изучения инклюзивного спорта и специфических видов спорта. Кроме того, студенты рассмотрят процесс принятия решений в спорте, а также глубоко изучат комплексные планы достижения целей и комплексных соревнований. Все это посредством применения психологических методов для формирования уверенности и эмоционального самоконтроля у спортсмена.





“

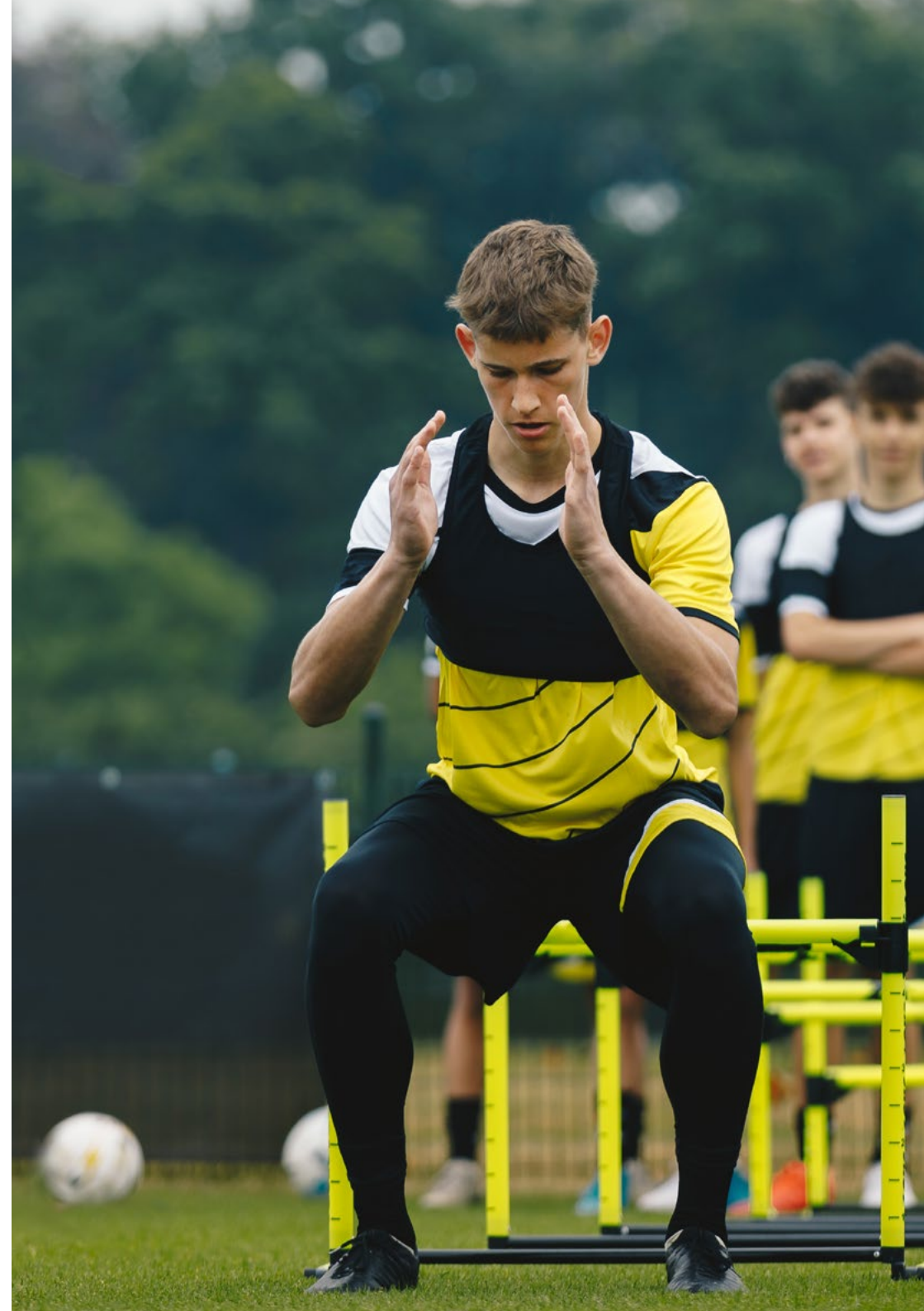
Если вы ищете импульс для вашей профессиональной карьеры, ТЕСН Технологический университет — это университет для вас”



## Общие цели

---

- ♦ Рассмотреть различные стили лидерства, которые наиболее успешны в спорте
- ♦ Изучить управление высокоэффективными командами на психологическом и мотивационном уровне
- ♦ Изучить основные принципы, на которых базируется психология спорта
- ♦ Проанализировать возможные варианты применения наиболее распространенных техник и методик в спортивной тренерской деятельности
- ♦ Ознакомиться с психологическими техниками, наиболее часто используемыми в области спорта
- ♦ Познакомиться с фигурой лидера в индивидуальном и коллективном спорте
- ♦ Понять важность личного бренда для успешного профессионального развития
- ♦ Обновить управление различными цифровыми инструментами для распространения личного бренда
- ♦ Изучить культурную трансформацию спортивных организаций
- ♦ Изучить различные междисциплинарные инструменты психолога и спортивного коуча
- ♦ Рассмотреть работу психолога как посредника в контексте спорта





## Конкретные цели

---

- ♦ Изучить инклюзивный спорт и специфические виды спорта
- ♦ Проанализировать процесс принятия решений в спорте
- ♦ Знать о комплексных планах достижения целей и соревнований
- ♦ Изучить техники для формирования уверенности и эмоционального самоконтроля



*Благодаря современному содержанию и методологии Relearning в этом Университетском курсе вы получите специализацию в отрасли спортивной психологии, которая находится в стадии полного развития”*

03

# Структура и содержание

Эксперты в этой области составили учебный план, который охватывает значение психологического контроля и личного баланса для улучшения спортивных результатов как на поле, так и за его пределами. Университетский курс охватывает все аспекты, начиная от техник, способствующих уверенности и эмоциональному самоконтролю, до обучения самоинструктажу, а также применения методов осознанности (*Mindfulness*) и НЛП в спорте и др.





“

Полный учебный план, структурированный в идеально разработанные дидактические единицы и совместимый с вашей личной и профессиональной жизнью”

## Модуль 1. Психологические методы, применяемые в спорте

- 1.1. Инклюзивный спорт и конкретные виды спорта
- 1.2. Принятие решений в спорте
- 1.3. Подготовка тренера. Сопровождение тренеров
- 1.4. Установление комплексных целей и планов в области конкуренции
- 1.5. Методы, способствующие развитию уверенности и эмоционального самоконтроля
- 1.6. Влияние роста осознанности обучения на уверенность, самоэффективность и успеваемость
- 1.7. Обучение самоинструктажу
- 1.8. *Осознанность* в спорте
- 1.9. НЛП в спорте
- 1.10. Мотивация и эмоции





“

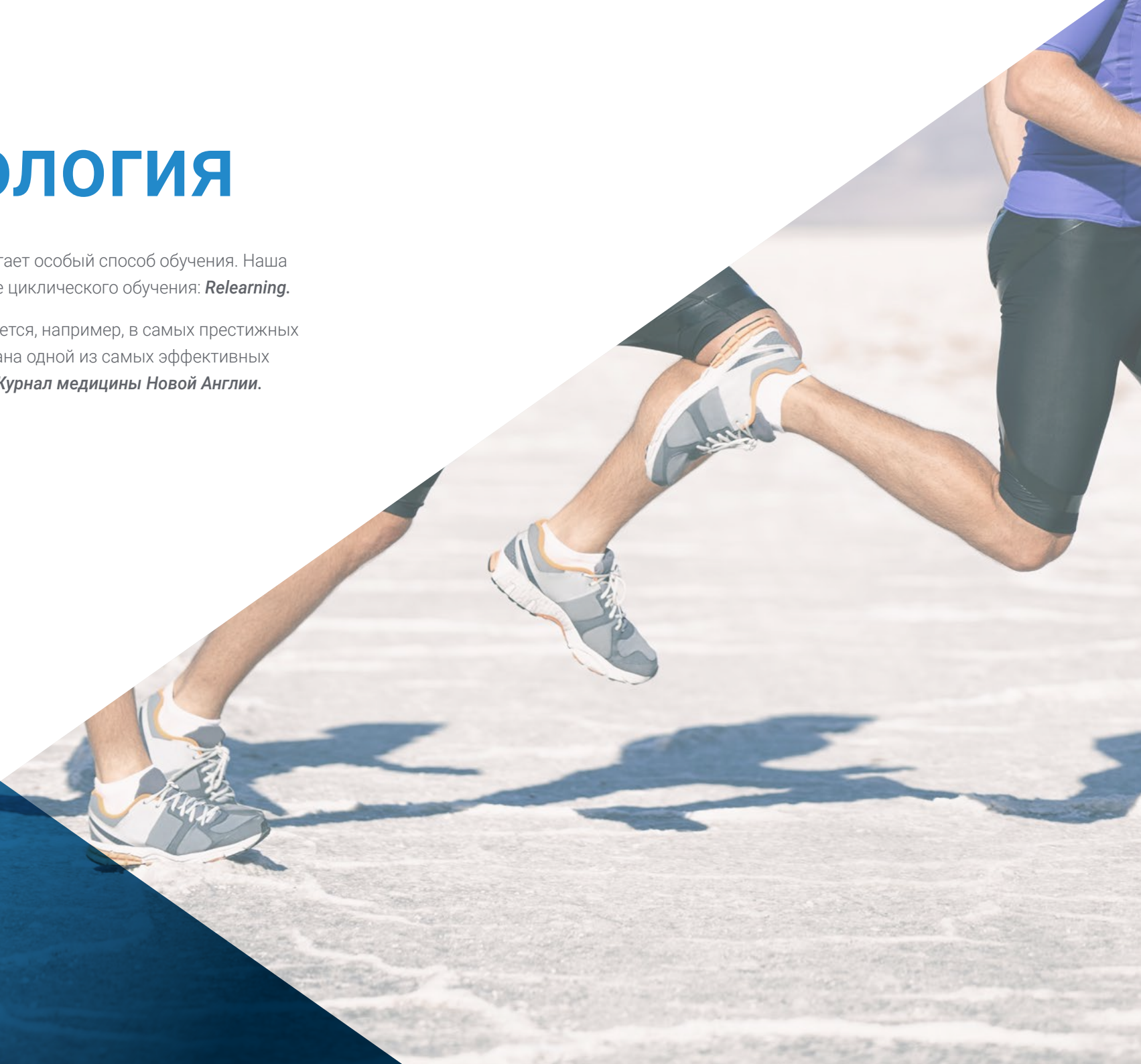
*Уникальный, важный и значимый  
опыт обучение для повышения  
вашей квалификации”*

04

# Методология

Данная учебная программа предлагает особый способ обучения. Наша методология разработана в режиме циклического обучения: **Relearning**.

Данная система обучения используется, например, в самых престижных медицинских школах мира и признана одной из самых эффективных ведущими изданиями, такими как **Журнал медицины Новой Англии**.







“

Откройте для себя методику *Relearning*, которая отвергает традиционное линейное обучение, чтобы показать вам циклические системы обучения: способ, который доказал свою огромную эффективность, особенно в предметах, требующих запоминания”

## Исследование кейсов для контекстуализации всего содержания

Наша программа предлагает революционный метод развития навыков и знаний. Наша цель - укрепить компетенции в условиях меняющейся среды, конкуренции и высоких требований.

“

*С TECH вы сможете познакомиться со способом обучения, который опровергает основы традиционных методов образования в университетах по всему миру”*



*Вы получите доступ к системе обучения, основанной на повторении, с естественным и прогрессивным обучением по всему учебному плану.*



*В ходе совместной деятельности и рассмотрения реальных кейсов студент научится разрешать сложные ситуации в реальной бизнес-среде.*

### Инновационный и отличный от других метод обучения

Эта программа TECH - интенсивная программа обучения, созданная с нуля, которая предлагает самые сложные задачи и решения в этой области на международном уровне. Благодаря этой методологии ускоряется личностный и профессиональный рост, делая решающий шаг на пути к успеху. Метод кейсов, составляющий основу данного содержания, обеспечивает следование самым современным экономическим, социальным и профессиональным реалиям.

“

*Наша программа готовит вас к решению новых задач в условиях неопределенности и достижению успеха в карьере”*

Кейс-метод является наиболее широко используемой системой обучения лучшими преподавателями в мире. Разработанный в 1912 году для того, чтобы студенты-юристы могли изучать право не только на основе теоретического содержания, метод кейсов заключается в том, что им представляются реальные сложные ситуации для принятия обоснованных решений и ценностных суждений о том, как их разрешить. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете.

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? Именно с этим вопросом мы сталкиваемся при использовании метода кейсов - метода обучения, ориентированного на действие. На протяжении всей программы студенты будут сталкиваться с многочисленными реальными случаями из жизни. Им придется интегрировать все свои знания, исследовать, аргументировать и защищать свои идеи и решения.

## Методология *Relearning*

TECH эффективно объединяет метод кейсов с системой 100% онлайн-обучения, основанной на повторении, которая сочетает 8 различных дидактических элементов в каждом уроке.

Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.

В 2019 году мы достигли лучших результатов обучения среди всех онлайн-университетов в мире.

В TECH вы будете учиться по передовой методике, разработанной для подготовки руководителей будущего. Этот метод, играющий ведущую роль в мировой педагогике, называется *Relearning*. Наш университет - единственный вуз, имеющий лицензию на использование этого успешного метода. В 2019 году нам удалось повысить общий уровень удовлетворенности наших студентов (качество преподавания, качество материалов, структура курса, цели...) по отношению к показателям лучшего онлайн-университета.





В нашей программе обучение не является линейным процессом, а происходит по спирали (мы учимся, разучиваемся, забываем и заново учимся). Поэтому мы дополняем каждый из этих элементов по концентрическому принципу. Благодаря этой методике более 650 000 выпускников университетов добились беспрецедентного успеха в таких разных областях, как биохимия, генетика, хирургия, международное право, управленческие навыки, спортивная наука, философия, право, инженерия, журналистика, история, финансовые рынки и инструменты. Наша методология преподавания разработана в среде с высокими требованиями к уровню подготовки, с университетским контингентом студентов с высоким социально-экономическим уровнем и средним возрастом 43,5 года.

*Методика Relearning позволит вам учиться с меньшими усилиями и большей эффективностью, все больше вовлекая вас в процесс обучения, развивая критическое мышление, отстаивая аргументы и противопоставляя мнения, что непосредственно приведет к успеху.*

Согласно последним научным данным в области нейронауки, мы не только знаем, как организовать информацию, идеи, образы и воспоминания, но и знаем, что место и контекст, в котором мы что-то узнали, имеют фундаментальное значение для нашей способности запомнить это и сохранить в гиппокампе, чтобы удержать в долгосрочной памяти.

Таким образом, в рамках так называемого нейрокогнитивного контекстно-зависимого электронного обучения, различные элементы нашей программы связаны с контекстом, в котором участник развивает свою профессиональную практику.

В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



#### Учебные материалы

Все дидактические материалы создаются преподавателями специально для студентов этого курса, чтобы они были действительно четко сформулированными и полезными.

Затем вся информация переводится в аудиовизуальный формат, создавая дистанционный рабочий метод TECH. Все это осуществляется с применением новейших технологий, обеспечивающих высокое качество каждого из представленных материалов.



#### Мастер-классы

Существуют научные данные о пользе экспертного наблюдения третьей стороны.

Так называемый метод обучения у эксперта укрепляет знания и память, а также формирует уверенность в наших будущих сложных решениях.



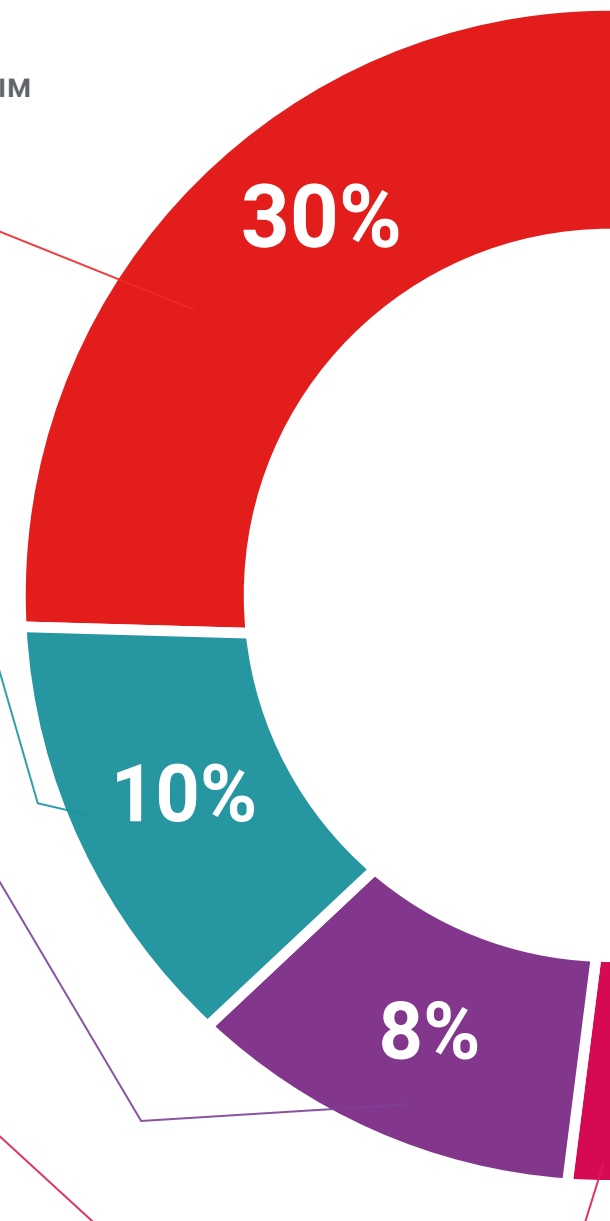
#### Практика навыков и компетенций

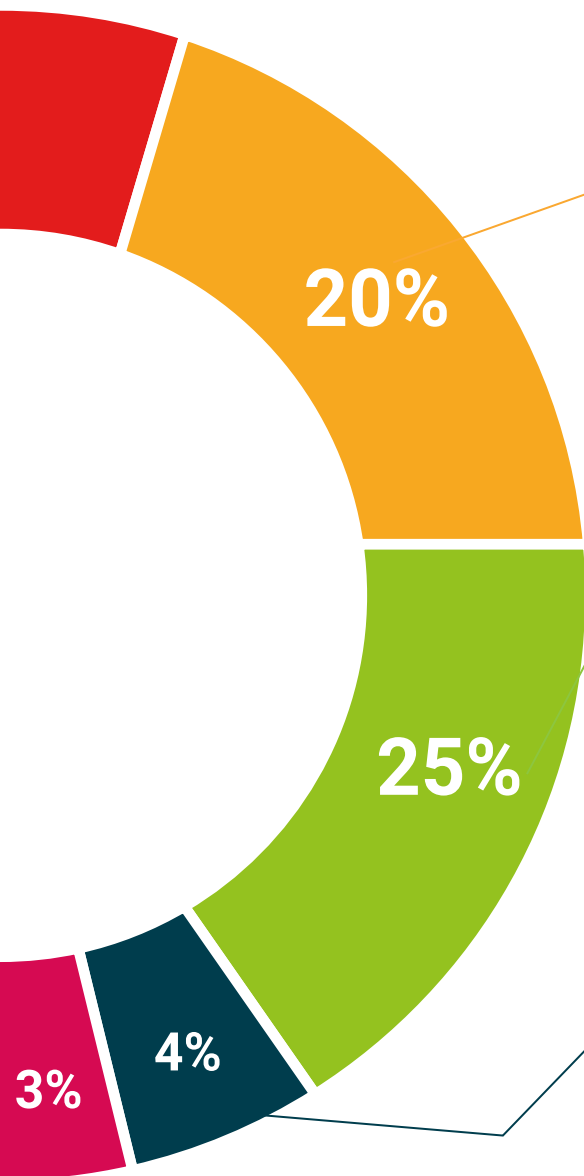
Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



#### Дополнительная литература

Новейшие статьи, консенсусные документы и международные руководства включены в список литературы курса. В виртуальной библиотеке TECH студент будет иметь доступ ко всем материалам, необходимым для завершения обучения.





#### Метод кейсов

Метод дополнится подборкой лучших кейсов, выбранных специально для этой ситуации. Кейсы представляются, анализируются и преподаются лучшими специалистами на международной арене.



#### Интерактивные конспекты

Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Microsoft как "Европейская история успеха".



#### Тестирование и повторное тестирование

На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



05

# Квалификация

Университетский курс в области Психологические методы, применяемые в спорте гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Университетского курса, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.





“

Успешно пройдите эту программу и получите университетский диплом без хлопот, связанных с поездками и оформлением документов”

Данный **Университетский курс в области Психологические методы, применяемые в спорте** содержит самую полную и современную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте\* с подтверждением получения соответствующий диплом о прохождении **Университетского курса**, выданный **TECH Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **TECH Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную на курсе, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Университетский курс в области Психологические методы, применяемые в спорте**

Количество учебных часов: **150 часов**

Одобрено NBA



\*Гаагский апостиль. В случае, если студент потребует, чтобы на его диплом в бумажном формате был проставлен Гаагский апостиль, TECH EDUCATION предпримет необходимые шаги для его получения за дополнительную плату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Инновации

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

**tech** технологический  
университет

### Университетский курс

Психологические методы,  
применяемые в спорте

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Режим обучения: 16ч./неделя
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

# Университетский курс

## Психологические методы, применяемые в спорте

Одобрено NBA

