

ҚАЗТҰТЫНУДАҒЫ  
ҚАРАҒАНДЫ УНИВЕРСИТЕТІ



КАРАГАНДИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
КАЗПОТРЕБСОЮЗА



«УТВЕРЖДАЮ»  
Ректор Карагандинского  
университета Казпотребсоюза  
д.в.н. профессор  
Аймагамбетов Е.Б.  
» 19 \_\_\_\_\_ 2024 г.

**ПРОГРАММА МИКРОКВАЛИФИКАЦИИ**

**«СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

Караганда, 2024

Программа микроквалификации «Спортивная психология» составлена на основании Государственного общеобязательного стандарта высшего образования от 20 июля 2022г. №2 (с изменениями на 04.03.2025 г.), Классификатора направлений подготовки кадров с высшим и послевузовским образованием от 13 октября 2018г. №569 (с изменениями от 21.07.2023), Приказа Министра науки и высшего образования «Об утверждении методических рекомендаций по разработке, реализации и признанию программ микроквалификаций» (№319, от 13 июня 2025 г.).

Разработчики:

Сырымбетова Ляйля Саркытовна – заведующая кафедрой «Физическая культура и спортивный менеджмент», канд.пед.наук, профессор

Абдакимова Мадина Кочкаровна – заведующая кафедрой «Психология, педагогика и социальная работа», канд.пед.наук, ассоциированный профессор

Алпысбаева Мадина Борамбаевна – заведующая кафедрой «Социально-гуманитарные дисциплины и Ассамблея народа Казахстана», доктор PhD по специальности «Педагогика и психология»

Весельская Наталья Романовна – заведующая кафедрой «Правовое регулирование экономических отношений», канд.юрид.наук

Рецензент (эксперт): Руководитель отдела спорта высоких достижений и спортивного резерва Управления физической культуры и спорта Карагандинской области Д.Нокин

Программа микроквалификации утверждена на заседании Учебно-методического совета университета. Протокол №2, «28» ноября 2024 г

## 1 Паспорт программы микроквалификации

| №  | Название поля   | Примечание   |
|----|---|--|
| 1  | Наименование программы микроквалификации              | Спортивная психология  |
| 2  | Цель программы  | Сформировать у обучающихся комплекс профессиональных компетенций в области спортивной психологии, обеспечивающих умение проводить психодиагностику, применять психотехнологии, осуществлять медиацию и оказывать психологическое сопровождение спортсменов и команд для повышения их эффективности, мотивации и психоэмоциональной устойчивости в традиционном и киберспорте.  |
| 3  | Форма обучения  | Очная  |
| 4  | Уровень по НРК  | 6  |
| 5  | Присуждаемая микроквалификация                        | Спортивный психолог  |
| 6  | Наличие аккредитации ОП                               |  |
|    | Наименование аккредитационного органа                 |  |
|    | Срок действия аккредитации                            |  |
| 7  | Общая трудоемкость                                    | 20 кредитов  |
| 8  | Язык обучения   | Казахский, русский   |
| 9  | Основания для разработки                              | В соответствии с актуальными требованиями рынка труда и квалификациями, определенными в соответствующих трудовых функциях  |
| 10 | Формируемые результаты обучения                       | Таблица 4  |
| 11 | Сведения о дисциплинах                                | Сведения о дисциплинах (таблица 3)   |
| 12 | «Условия реализации ОП для лиц с инвалидностью и ООП» | <p>Для обеспечения доступности программы микроквалификации предусмотрены следующие условия:</p> <p><b>Архитектурная доступность</b> – доступ к адаптированной среде: пандусы, специальные аудитории и санитарные помещения.</p> <p><b>Учебно-методическое обеспечение</b> – учебные материалы в альтернативных форматах (аудио, шрифт Брайля).</p> <p><b>Адаптированные методы оценки знаний</b> (устные экзамены, продленное время, ассистенты).</p> <p><b>Организация образовательного процесса</b> - индивидуальные учебные планы, дистанционные технологии, гибкий график занятий.</p> <p><b>Психолого-педагогическая поддержка</b> - консультации специалистов (тьюторы, психологи), адаптационные мероприятия, повышение квалификации ППС по инклюзивному образованию.</p> |

## 2 Содержание программы микроквалификации

Программа микроквалификации «Спортивная психология» является как автономным образовательным продуктом, так и встроенным в образовательную программу 6В01402 «Физическая культура и спортивный менеджмент» Карагандинского университета Казпотребсоюза в формате модуля «MINOR-programms» в объеме 20 кредитов (600 академических часов).

*Целевая аудитория:* обучающиеся КарУК по ОП «Физическая культура и спортивный менеджмент», «Психология и менеджмент в образовании»; на основе договорных обязательств: обучающиеся иных ОВПО, осуществляющих подготовку кадров в области педагогики, психологии, физической культуры и спорта; работники организаций образования, физической культуры и спорта: психологи, учителя и преподаватели физической культуры, спортивные тренеры, методисты, менеджеры, инструкторы, имеющие образование не ниже уровня бакалавриата.

При реализации программы микроквалификации «Спортивная психология» применяется кредитная система организации учебного процесса на основе использования системы зачетных единиц (кредитов), а также традиционных и инновационных образовательных технологий.

*Предшествующий уровень образования слушателей* – техническое и профессиональное, послесреднее, высшее и послевузовское образование в области педагогики, психологии и спорта.

Реализация программы микроквалификации осуществляется на основе учебно-методических комплексов дисциплин.

Программа микроквалификации «Спортивная психология» содержит четыре учебные дисциплины по 5 кредитов. Основным критерием завершения образовательного процесса по подготовке микроквалификации является освоение обучающимся 20-ти академических кредитов за весь период обучения.

При реализации программы микроквалификации используется система оценивания, основанная на балльно-рейтинговой буквенной шкале оценки учебных достижений обучающихся с переводом их в традиционную шкалу оценок и ECTS:

### Критерии оценки знаний обучающихся

Таблица 1

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <b>«А» -«отлично»</b><br>97-100% | <b>Обучающийся демонстрирует глубокое, системное и творческое понимание всех аспектов дисциплины.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– Материал усвоен полностью, включая сложные и спорные вопросы.</li><li>– Присутствует оригинальный, исследовательский или креативный подход, самостоятельный анализ.</li><li>– Работа без ошибок - фактических, логических, грамматических и методологических.</li><li>– Демонстрируются лидерские качества в учебной деятельности, высокий уровень самостоятельности, инициативность и академическая честность.</li><li>– Проявляется высокий уровень компетенций в области искусственного интеллекта и используются современные ИИ-инструменты.</li></ul> |
| <b>«А-»-«отлично»</b><br>93-96%  | <b>Обучающийся демонстрирует высокий уровень подготовки.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>– Материал усвоен в полном объеме, знания системны, уверенно применяются на практике.</li><li>– Демонстрируется понимание сложных теоретических аспектов, но отдельные элементы анализа могут быть менее развиты.</li><li>– Возможны незначительные недочеты - не влияющие на общие выводы (например, не полностью раскрыт один</li></ul>   |

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
|                                    | <p>пункт, не приведен пример, ограниченная глубина одного из вопросов).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Оформление материала с соблюдением всех требований академической честности и структуры.</li> <li>– Владение технологиями искусственного интеллекта на высоком уровне и успешное применение их при решении задач</li> </ul>   |
| <p>«А-» - «отлично»<br/>90-92%</p> | <p><b>Обучающийся демонстрирует уверенный уровень владения материалом.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Демонстрируется понимание всех тем дисциплины и способность применять знания на практике.</li> <li>– Ответ или работа логичны, аргументированы, без существенных ошибок.</li> <li>– Анализ корректный, но преимущественно воспроизводящий, без выраженной авторской интерпретации.</li> <li>– Имеются небольшие недоработки в деталях, оформлении или в полноте раскрытия отдельных аспектов.</li> <li>– Уровень подготовки значительно выше оценки “хорошо”, но не содержит признаков исключительности, характерных для “А (93-100)”.</li> <li>– Методы искусственного интеллекта применяются на высоком профессиональном уровне.</li> </ul>   |
| <p>«В+» -«хорошо»<br/>85–89%</p>   | <p><b>Обучающийся демонстрирует уверенный уровень самостоятельности и аналитических навыков.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен в полном объёме, допускаются незначительные неточности в деталях или обосновании.</li> <li>– Понимание ключевых понятий глубокое, системное, но не всегда оригинальное или инновационное.</li> <li>– Работа отличается логичностью, структурированностью и аргументированностью.</li> <li>– Присутствуют элементы самостоятельного анализа и интерпретации.</li> <li>– Допускаются единичные несущественные ошибки (фактические, грамматические или методологические), не влияющие на общую достоверность результатов.</li> <li>– Проявляется инициативность, ответственность и добросовестность в обучении.</li> <li>– В учебной и исследовательской работе демонстрируется уверенное использование технологий искусственного интеллекта.</li> </ul> |
| <p>«В» -«хорошо»<br/>80–84%</p>    | <p><b>Обучающийся демонстрирует понимание учебного материала, хорошие аналитические способности.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен в целом полностью, возможны отдельные упрощения или неточности в интерпретации сложных аспектов.</li> <li>– Понимание теории и практики стабильное, но не всегда системно углублённое.</li> <li>– Ответы и письменные работы логичны, структурированы, аргументация последовательна.</li> <li>– Самостоятельность выражена, однако аналитический или творческий уровень ограничен рамками изученного материала.</li> <li>– Возможны единичные малозначительные ошибки, не искажающие сути содержания.</li> <li>– Демонстрируются добросовестность, стабильная учебная мотивация и ответственность.</li> <li>– Методы искусственного интеллекта применяются на хорошем уровне</li> </ul>   |
| <p>«В-» -«хорошо»<br/>75–79%</p>   | <p><b>Обучающийся демонстрирует знание основного содержания темы, способность применять изученный материал и методы в стандартных ситуациях.</b></p>  |

|   |   |
|---|---|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал в целом усвоен, но наблюдаются поверхностные пробелы в понимании отдельных тем.</li> <li>– Обоснования корректны, однако аргументация неполная.</li> <li>– Ответы логичны, но без выраженного анализа или самостоятельных выводов.</li> <li>– Ошибки могут встречаться в деталях, примерах или методике, однако не носят системного характера.</li> <li>– Присутствует добросовестное отношение к учебе, выполнение заданий в срок, соблюдение академической этики.</li> <li>– Продемонстрированы базовые умения в работе с ИИ и достаточный уровень профессиональной подготовки.</li> </ul>  |
| <p>«С+» - «хорошо»<br/>70–74%</p>               | <p><b>Обучающийся демонстрирует общее понимание основных вопросов темы.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен, однако отдельные вопросы раскрыты неполно или поверхностно.</li> <li>– Демонстрируется способность применять изученные теории и методы в типичных ситуациях.</li> <li>– Ответы логичны, но ограничены рамками изученных примеров, без анализа альтернативных решений.</li> <li>– Возможны ошибки в деталях, примерах или терминах, не влияющие на общий смысл.</li> <li>– Проявляется добросовестность, дисциплинированность, положительная учебная динамика.</li> <li>– В учебной и исследовательской деятельности в достаточной мере применяются технологии искусственного интеллекта.</li> </ul> |
| <p>«С»-<br/>«Удовлетворительно»<br/>65–69%</p>  | <p><b>Обучающийся демонстрирует основные знания и навыки, достаточные для выполнения типовых заданий по дисциплине.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен частично, наблюдаются пробелы в понимании некоторых тем и терминов.</li> <li>– Ответы просты, содержат правильные элементы, но слабо аргументированы.</li> <li>– Работа логична, но без глубины и аналитики.</li> <li>– Ошибки имеются, но не искажают ключевых понятий и результатов.</li> <li>– Самостоятельность проявляется на базовом уровне, задания выполняются в срок.</li> <li>– Выполнение простых заданий с использованием инструментов искусственного интеллекта</li> </ul>  |
| <p>«С-»-<br/>«Удовлетворительно»<br/>60–64%</p> | <p><b>Обучающийся показывает ограниченное, но достаточное понимание темы.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен частично, знание терминов и понятий фрагментарное.</li> <li>– Ответы просты, поверхностны, содержат отдельные ошибки в фактах или логике.</li> <li>– Умение применять полученные знания ограничено стандартными случаями.</li> <li>– Аргументация слабая, без самостоятельных выводов.</li> <li>– Работы выполнены в целом добросовестно, но с признаками недостаточной подготовки или неуверенности.</li> <li>– Освоение стандартных заданий с опорой на технологии искусственного интеллекта.</li> </ul>   |
| <p>«D+»<br/>«Удовлетворительно»<br/>55–59%</p>  | <p><b>Обучающийся демонстрирует ограниченное, частичное усвоение учебного материала.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен фрагментарно, понимание основных тем поверхностное.</li> <li>– Демонстрируется элементарное знание базовых понятий и определений.</li> <li>– Ошибки встречаются часто, но обучающийся способен исправить их при подсказке.</li> <li>– Аргументация слабая, выводы неубедительные, примеры не всегда корректны.</li> </ul>   |

|  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Отсутствуют признаки аналитического или творческого подхода.</li> <li>– Задания выполнены частично, но с минимально допустимым уровнем добросовестности.</li> <li>– Удовлетворительные результаты при использовании методов ИИ в учебной деятельности</li> </ul>  |
| «D» -<br>«Удовлетворительно»<br>50–54%   | <p><b>Обучающийся демонстрирует крайне ограниченные знания по теме.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал усвоен слабо, имеются существенные пробелы и неточности.</li> <li>– Ответы неполные, фрагментарные, допускают ошибки в ключевых понятиях.</li> <li>– Аргументация отсутствует или крайне слабая.</li> <li>– Выполнение заданий формальное, без проявления понимания сути.</li> <li>– Работа выполнена на минимально приемлемом уровне, свидетельствует о неустойчивом владении компетенциями.</li> <li>– Практическое применение технологий искусственного интеллекта вызывает затруднения</li> </ul>  |
| «FX»-<br>«Неудовлетворительно»<br>25–49% | <p><b>Обучающийся демонстрирует недопустимый уровень усвоения учебного материала.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал не усвоен, понимание основных понятий отсутствует или искажено.</li> <li>– Ответы фрагментарны, хаотичны или неверны.</li> <li>– Допускаются грубые логические, фактические и методологические ошибки.</li> <li>– Не продемонстрированы базовые умения и компетенции по дисциплине.</li> <li>– Задания не выполнены или выполнены менее чем наполовину.</li> <li>– Наблюдается низкий уровень ответственности и самостоятельности, возможны нарушения академической честности.</li> <li>– Начальный уровень владения технологиями искусственного интеллекта</li> </ul> |
| «F»-<br>«Неудовлетворительно»<br>0–24%   | <p><b>Обучающийся не продемонстрировал освоения содержания дисциплины и базовых компетенций.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Материал не усвоен, понимание ключевых понятий отсутствует.</li> <li>– Ответы фрагментарны или неверны, допущены существенные ошибки.</li> <li>– Не проявлены навыки анализа, применения и аргументации.</li> <li>– Отсутствие навыков применения технологий искусственного интеллекта</li> <li>– Требуется повторное изучение дисциплины в полном объеме.</li> </ul>  |

## 2.1 Учебный план программы микроквалификации

Таблица 2

| Код дисциплины | Наименование дисциплины   | Кредиты | Форма контроля | Виды учебной деятельности (академические часы) |                  |      |     |       |
|----------------|---------------------------|---------|----------------|--|------------------|------|-----|-------|
|                |                           |         |                | Лекции   | Практич. занятия | СРОП | СРО | Всего |
| PdS2022        | Психодиагностика в спорте | 5       | Решение кейсов | -  | 45               | 15   | 90  | 150   |

|                    |   |    |                                     |    |     |    |     |     |
|--------------------|---|----|-------------------------------------|----|-----|----|-----|-----|
| PnS2022            | Психотехнологии в спорте                      | 5  | Решение кейсов                      | -  | 45  | 15 | 90  | 150 |
| MSFKS2022          | Медиация в сфере физической культуры и спорта | 5  | Экзамен (компьютерное тестирование) | 15 | 30  | 15 | 90  | 150 |
| PKs2022            | Психология киберспорта                        | 5  | Решение кейсов                      | 15 | 30  | 15 | 90  | 150 |
| Общая трудоемкость |   | 20 |                                     | 30 | 150 | 60 | 360 | 600 |

## 2.2 Сведения о дисциплинах

Таблица 3

| Наименование дисциплины                       | Краткое описание дисциплины  | Кредиты |
|---|--|---------|
| Психодиагностика в спорте                     | Учебная дисциплина направлена на изучение методов и инструментов психодиагностики, применяемых для оценки психологического состояния спортсменов, их индивидуальных особенностей, мотивации, стрессоустойчивости и уровня готовности к соревнованиям. В рамках курса рассматриваются способы диагностики личностных и психофизиологических характеристик, а также методы анализа результатов с целью оптимизации тренировочного процесса, повышения эффективности выступлений и улучшения психоэмоционального состояния спортсменов  | 5       |
| Психотехнологии в спорте                      | Учебная дисциплина охватывает методы и техники, направленные на улучшение психоэмоционального состояния спортсменов, повышение их мотивации и оптимизацию психологической подготовки. В рамках курса изучаются различные психотехнологические подходы, такие как тренировка внимания, визуализация, релаксация, методы управления стрессом и психорегуляция. Цель дисциплины — дать обучающимся знания и навыки для использования этих технологий в спортивной практике для достижения лучших результатов, улучшения психофизиологического состояния спортсменов и повышения их устойчивости к стрессовым ситуациям в условиях соревнований.   | 5       |
| Медиация в сфере физической культуры и спорта | Учебная дисциплина «Медиация в сфере физической культуры и спорта» охватывает теоретические и практические аспекты разрешения конфликтов и споров в области спорта и физической культуры с помощью медиации; основные принципы медиации, её роль в урегулировании споров между спортсменами, тренерами, спортивными организациями, а также правовые и этические нормы, связанные с разрешением конфликтных ситуаций, специфика конфликтов в сфере спорта, методы и техники медиации, роль медиатора в спортивных конфликтах, практические навыки медиации в спортивной сфере. Дисциплина способствует развитию у студентов навыков конструктивного разрешения споров и повышения качества взаимодействия в спортивных коллективах и организациях | 5       |
| Психология киберспорта                        | Дисциплина «Психология киберспорта» исследует психологические аспекты, связанные с участием в киберспорте, включая влияние игр на личность, мотивацию и поведение игроков, а также взаимодействие внутри команд и со зрителями. Курс охватывает: психофизиологические характеристики киберспортсменов,   | 5       |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>влияние стрессовых ситуаций на игру и принципы психотерапевтической работы с игроками, а также стратегии для повышения эффективности командной игры, мотивация в киберспорте: внутренние и внешние мотиваторы игроков, роль достижения целей и соревновательный дух. командная динамика, влияние киберспортивных событий на психику зрителей, особенности поведения фанатских групп, методы управления стрессом, поддержка психического здоровья киберспортсменов, тренировки и методы работы с эмоциями и развитием психологической устойчивости</p> |  |
|--|--|--|

### 3 Результаты обучения программы микроквалификации

Таблица 4

| Шифр РО | Содержание результата обучения   |
|---------|--|
| РО1     | Применяет методы психодиагностики для оценки психологического состояния, личностных и психофизиологических характеристик спортсменов, а также определять мотивацию, стрессоустойчивость и готовность к соревнованиям |
| РО2     | Использует психотехнологические подходы (тренировка внимания, визуализация, релаксация, психорегуляция) для повышения мотивации, концентрации и психоэмоциональной устойчивости спортсменов и команд                 |
| РО3     | Проводит медиацию в сфере физической культуры и спорта, выявляет и конструктивно разрешает конфликты между спортсменами, тренерами, спортивными организациями, соблюдая правовые и этические нормы                   |
| РО4     | Анализирует психологические аспекты киберспорта, выявляет специфические психоэмоциональные проблемы киберспортсменов, разрабатывает индивидуальные и командные программы психологической подготовки                  |
| РО 5    | Разрабатывает рекомендации и программы психологического сопровождения спортсменов и команд в различных видах спорта, включая традиционные и киберспортивные дисциплины   |


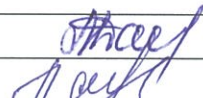
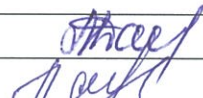
### 4 Стратегии и методы обучения

#### 4.1 Стратегии обучения

1. Практико-ориентированный подход
  - Фокус на реальных кейсах из спортивной практики, включая киберспорт.
  - Связь теоретических знаний с ситуациями, встречающимися в работе тренеров, спортивных менеджеров и психологов.
2. Интерактивное обучение
  - Обсуждения, дебаты, мозговые штурмы для поиска решений психологических и медиационных задач.
  - Разбор видеозаписей соревнований с психологическим анализом поведения спортсменов.
3. Модульная интеграция
  - Связь дисциплин между собой (например, данные психодиагностики использовать при выборе психотехнологий; медиативные навыки применять в контексте командных конфликтов в киберспорте).
4. Смешанное обучение (Blended learning)
  - Теория в формате онлайн-лекций, практика — в офлайн-занятиях, тренингах и ролевых играх.
5. Обучение через симуляцию и ролевые игры
  - Моделирование конфликтных ситуаций для отработки медиации.

- Психотехнические тренинги и «полевые» упражнения в спортивных залах или киберспортивных аренах.
- 6. Коллаборативное обучение
  - Работа в малых группах над мини-проектами: создание психологического портрета спортсмена, разработка программы психологической поддержки команды.
- 7. Проектно-исследовательская стратегия
  - Мини-исследования по выбранной теме: тестирование, анализ, выводы, рекомендации.
- 4.2 Методы обучения
  1. Кейс-метод
    - Разбор реальных и смоделированных ситуаций: травма и стресс перед соревнованием, конфликт в команде, падение мотивации.
  2. Методы психодиагностики
    - Практическое освоение тестов (мотивация, уровень тревожности, стрессоустойчивость).
    - Анализ и интерпретация результатов.
  3. Тренинговые методики
    - Тренировка внимания, визуализации, релаксации, управления стрессом.
    - Психотехнологии повышения командной сплочённости.
  4. Метод медиативных переговоров
    - Отработка «трёх шагов» медиации: установление контакта, анализ проблемы, поиск взаимных решений.
  5. Видеоанализ
    - Просмотр и разбор соревнований с точки зрения психологических факторов: эмоции, поведение, принятие решений.
  6. Методы киберпсихологии
    - Анализ игровых паттернов, влияние времени игры, стресса, взаимодействия в виртуальной команде.
  7. Рефлексивные методы
    - Ведение дневников наблюдений по ходу обучения.
    - Групповые обсуждения опыта применения знаний на практике.

### 5 Лист согласования программы микроквалификации

| Должность  | Подпись   | ФИО              |
|--|---|------------------|
| Проректор по академическим вопросам, д.э.н., профессор |  | Накипова Г.Н.    |
| Директор ДАР ВПО, к.э.н., доцент                       |  | Даниярова М.Т.   |
| Заведующая кафедрой ФКиСМ к.п.н., профессор            |  | Сырымбетова Л.С. |