

	Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка	Силабус навчальної дисципліни			
		Психологія спорту			
		<i>обов'язковий компонент (цикл загальної чи фахової підготовки)</i>			
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка				
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт				
Освітня програма	Фізична культура і спорт				
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень вищої освіти				
Форма навчання	Денна, заочна				
Курс	I курс				
Семестр	I				
Обсяг дисципліни	Кредити	3	Години	90	
	Лекційні			18	
	Практичні/семінарські			18	
	Лабораторні				
	Самостійна робота			54	
Семестровий контроль	Екзамен				
Викладач	Сундукова І.В. , доцент, кандидат психологічних наук, доцент				
Контактна інформація	<i>irinasyndykova@gmail.com</i>				
Кафедра	теорії та методики олімпійського і професійного спорту				
Факультет	<i>Фізичного виховання</i>				
Предмет навчання (Що буде вивчатися)	<i>Предметом курсу є теоретичні знання з основ психології спортивної діяльності, а також закономірності, структура та аналіз окремих видів спорту; психологія особистості спортсмена, його індивідуально-психологічні особливості</i>				
Мета (Чому це цікаво/потрібно вивчати)	Мета курсу - забезпечити підготовку студентів у використанні психологічних знань для досягнення успішності спортивної діяльності, та забезпечити оволодіння теоретичними знаннями, уміннями і навичками, які знадобляться у подальшій професійній діяльності тренера з виду спорту				
Компетентності	Загальні соціально-психологічні закономірності спортивної діяльності; -особливості прояву психічних станів спортсменів; -структуру загальної та спеціальної психологічної підготовки та методи її проведення;				

	<p>-правила проведення психодіагностичного обстеження; -особливості спортивного відбору та структуру спортивної команди</p> <p>Фахові</p> <p>- застосовувати засоби мотивації в спортивному тренуванні; - проводити психолого-педагогічні спостереження в процесі тренувань і змагань; - корегувати комунікативний процес в спортивній команді; - використовувати спеціальні методики для корекції негативних психічних станів</p>
<p>Програмні результати (Чому можна навчитися)</p>	<p><i>У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти зможуть:</i></p> <p>- Студент знає основні поняття курсу; Вміє застосовувати психодіагностичні методики для виявлення психічних станів спортсменів; Застосовує засоби психорегуляції спортсменів у професійній діяльності; Взмосі коригувати комунікативні процеси в команді Вміє використовувати емоційну сферу і самосвідомість спортсменів у підвищені мотивації до занять спортом</p>
<p>Зміст дисципліни</p>	<p><u>Змістовий модуль I. Вступ до психології спорту</u></p> <p>Тема 1. Психологія спортивної діяльності: становлення, сучасний стан</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення предмету психології спортивної діяльності. 2. Психологія спорту в системі наук. 3. Цілі та завдання психології спорту 4. Психологічна характеристика спортииної діяльності <p>Тема 2. Психологічна підготовка в спорті</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основні поняття психологічної підготовки 2. Основні напрямки психологічної підготовки в спорті 3. Види психологічної підготовки спортсменів та команд 4. Засоби психологічної підготовки <p>Тема 3. Мотивація до занять спортом</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мотиви спортивної діяльності 2. Спортивні інтереси <p>Тема 4. Психологічна характеристика видів спорту</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика окремих видів спорту 2 Проблема психологічної характеристики виду спорту 3. Цільова специфіка видів спорту 4 Умови спорту і їх психологічне значення

	<p>Тема 5. Психологія спортивного відбору</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Етапи і завдання спортивного відбору. 2. Психологічні особливості спортивного змагання. 3. Емоційні фактори змагальної діяльності. <p><u>Змістовий модуль II. Психодіагностика в практиці спорту</u></p> <p>Тема 6. Психодіагностика в спорті</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття про психодіагностику в спорті. 2. Застосування психодіагностичних методик. 3. Вимоги до психодіагностичних методик. <p>Тема 7. Психологічні особливості передстартових та післястартових психічних станів спортсменів</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особливості обґрунтування передстартового емоційного стану. 2. Механізми виникнення передстартового емоційного збудження 3. Післястартові стани спортсменів <p>Тема 8. Засоби психорегуляції в спорті</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Регуляція психічних станів 2. Різновиди психічної регуляції в спорті 3. Компоненти психологічного відновлення в спорті <p>Тема 9. Психологія особистості тренера</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Якості особистості тренера, що визначають успішність його діяльності 2. Функції тренера як керівника команди 3. Стили керівництва тренера
<p>Критерії оцінювання роботи студентів</p>	<p>З дисципліни «Психологія спорту» передбачена така форма семестрового контролю, як екзамен, який проводиться у кінці семестру.</p> <p>Першим етапом семестрового контролю є визначення підсумкової семестрової оцінки яка складається із суми всіх балів, отриманих студентом під час роботи протягом семестру.</p> <p>Підсумкова кількість балів з дисципліни (максимум 100 балів) для студентів денної форми навчання визначається як сума балів поточного контролю (максимум 60 балів), яка сумується до кількості балів, які отримав студент на екзамені (максимум 40 балів).</p> <p>Усім студентам, які повністю виконали навчальний план і позитивно атестовані з цієї дисципліни (набрали не менше 60 % від 100 балів), сумарний результат семестрового контролю в балах та оцінка за національною шкалою («відмінно», «добре»,</p>

	<p>«задовільно», «незадовільно») та за шкалою ECTS заноситься у Відомість обліку успішності.</p> <p>У випадку отримання менше 60 балів (FX в ECTS) за результатами семестрового контролю, студент обов'язково здійснює перескладання для ліквідації академзаборгованості.</p> <p>Оцінювання студентів здійснюється на кожному практичному занятті, порядок нарахування балів:</p> <p>Розділ 1 Тема 1-6 б Тема 2 – 6б. Тема 3-6 б Тема 4 -6 б. Тема 5 -6 б Розділ 2 Тема 6- 5б Тема 7-5б Тема 8-5б Тема 9-5б Контрольна робота – 10б</p> <p>Загальна кількість балів які можуть набрати студенти під час вивчення дисципліни 60 балів, підсумковий тест -екзамен 40 балів</p>
<p>Політика курсу</p>	<p><i>Для отримання максимальної кількості балів студенти повинні відвідувати всі семінарські заняття та брати активну участь в обговоренні питань.</i></p> <p><i>Студент, який не з'являвся на заняття (з поважних причин, підтверджених документально), а отже, не мав поточних оцінок, має право повторно пройти поточний контроль під час консультацій. На консультаціях студент може відпрацювати пропущені семінарські заняття, захистити реферат чи презентацію, а також ліквідувати заборгованості з інших видів навчальної роботи.</i></p>
<p>Інформаційне забезпечення</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. http://www.nbuv.gov.ua/articles/nufvsu/ — Наука в олімпійському спорті, Теорія і методика фізичного виховання і спорту, Спортивна медицина. 2. http://www.nbuv.gov.ua/articles/khmpi; http://www.sportscience.org — Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 3. https://pidruchniki.com 4. https://naurok.com.ua 5. http://www.dndifks.org.ua/ — Актуальні проблеми фізичної культури і спорту.
<p>Матеріально-технічне забезпечення</p>	<p><i>Наукова література:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гогунов Е. Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие / Е. Н. Гогунов, Б. И. Мартыанов. – М. : Academia, 2003. – 288 с. 2. Губенко І.Я. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та міжособистісного спілкування: підручник / І.Я., Губенко, О.С. Карнацька,

О.Т. Шевченко. – 2-е вид., переробл. і допов. – К.: ВСВ «Медицина», 2018. – 312 с.

3. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики / И.В.Дубровина. – М.: Педагогика, 1991. – 232 с.

4. Ильин Е. П. Психология физического воспитания : учеб. для ин-тов и фак. физ. культуры / Е. П. Ильин. – СПб : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. – 486 с.

5. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 512 с.