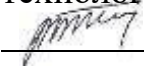


ДОНБАСЬКА ДЕРЖАВНА МАШИНОБУДІВНА АКАДЕМІЯ

Кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:

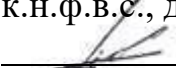
Декан факультету інтегрованих
технологій і обладнання

 О. Г. Гринь

«___» _____ 2025 р.

Гарант освітньої програми:

к.н.ф.в.с., доцент

 С. О. Черненко

«___» _____ 2025 р.

Розглянуто і схвалено на

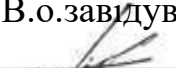
засіданні кафедри

фізичного виховання і

спорту

Протокол № 17 від 06.05.2025р.

В.о.завідувач кафедри

 С.О. Черненко

«___» _____ 2025 р.

Робоча програма навчальної дисципліни

«Загальна і спортивна психологія»

галузь знань А Освіта

спеціальність А7 Фізична культура і спорт

ОПП «Фізична культура і спорт»

Освітній рівень перший (бакалаврський)

Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробник: Бившева Л.О. к.е.н. доцент кафедри менеджменту

Краматорськ-Тернопіль

2025 р.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 7,0	Галузь знань А Освіта	Обов’язкова
Модулів – 1	Професійна кваліфікація: бакалавр з фізичної культури і спорту	Рік підготовки:
Змістових модулів – 1		3
Загальна кількість годин – 210		Семестр
Індивідуальне навчально-дослідне завдання – виконання творчих завдань в межах підготовки до практичних робіт		5, 6а
		Лекції
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: перший (бакалаврський)	48 годин
		Практичні, семінарські
		48 годин
		Лабораторні
		-
		Самостійна робота
		114 годин
		Індивідуальні завдання:
		Вид контролю: залік, іспит

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета курсу «Загальна та спортивна психологія» — надання необхідної бази теоретичних знань та набуття практичних умінь, спираючись на які студенти мали б змогу творчо використовувати у майбутній професійній діяльності досягнення психологічної науки, володіти методами збору та аналізу інформації, успішно спілкуватися та взаємодіяти з людьми.

Завданням навчальної дисципліни є набуття знань основних понять, визначень та термінів основ психології спорту, загальних закономірностей психіки, психологічних закономірностей формування особистості; засвоєння знань про психічні пізнавальні процеси; закріплення навичок визначення індивідуальних психологічних особливостей, аналізу окремих психічних феноменів та процесів в психології фізичного виховання та спорту.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати: основні поняття, визначення та терміни основ психології, загальні закономірності

психіки, психологічні закономірності формування особистості, засвоїти знання про психічні пізнавальні процеси.

Вміти: оцінювати індивідуальні та вікові особливості особистості й на цій підставі прогнозувати основи формування знань, навичок та умінь, професійне становлення людини.

Виконання програми здійснюється у формі лекції (18 годин), семінарських (18годин) самостійних занять (54 годин).

Місце дисципліни у структурно-логічній схемі підготовки бакалавра.

Загальна і спортивна психологія спорту вивчається одночасно з такими взаємопов'язаними між собою дисциплінами, як Теорія і методика викладання обраного виду спорту, Курсова робота, вибіркової дисципліни Рухливі ігри і забави. Передбачає можливість використання отриманих знань у процесі вивчення навчальних дисциплін, таких як: Теорія і методика дитячо-юнацького спорту, Адаптивний спорт.

Концепція курсу полягає у системному викладі матеріалу, який дозволить сформувати у студентів знання про основи психології фізичного виховання та спорту.

Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни відповідно до освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» для першого рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт:

Загальні компетентності:

ЗК 4. Здатність працювати в команді.

ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 10. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

ФК 11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.

ФК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

ПРН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН 18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

Дисципліна «Загальна та спортивна психологія» (освітньо-кваліфікаційний рівень — бакалавр) передбачає вивчення питань пов'язаних з психічними

процесами, особистістю, психологією групи. Програма орієнтує на вивчення таких розділів :

1. Загальні відомості про психологію

1. Загальні відомості про психологію спорту, як науку.

2. Загальні відомості про психологію фізичного виховання, як науку

3. Психологія особистості тренера

На лекціях і семінарських заняттях студенти отримують знання з основних розділів психології , а також формують уміння і навички проведення науково-дослідної роботи зі спеціальності 24.00.02 — фізична культура, фізичне виховання різних груп населення.

3. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Тема	Загальна кількість годин	Лекції	Семінарські заняття	Індивідуальні	Самостійні заняття
1	Предмет, задачі і методи психології	10	2	2		6
2	Психічні процеси	10	2	2		6
3	Психічний стан людини	10	2	2		6
4	Характеристика особистості	10	2	2		6
5	Емоційна сфера особистості	10	2	2		6
6	Конфлікти та способи їх розв'язання	10	2	2		6
7	Психологія групи	10	2	2		6
8	Соціально-психологічні основи спілкування	20	4	4		12
	Всього	90	18	18		54

4. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

4.1 ТЕМИ ЛЕКЦІЙ.

№	Назва теми	Кількість годин
1	Предмет, задачі і методи психології	2
2	Психічні процеси	2
3	Психічний стан людини	2
4	Характеристика особистості	2
5	Емоційна сфера особистості	2
6	Конфлікти та способи їх розв'язання	2

7	Психологія групи	2	
8	Соціально-психологічні основи спілкування	4	
Всього		18	3

4.2 ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

№	Назва теми	Кількість годин
1	Психологія як наука	2
2	Розвиток психіки і свідомості	2
3	Відчуття та сприймання	2
4	Увага, мислення та пам'ять	2
5	Почуття та емоції	2
6	Особистість спортсмена	2
7	Темперамент і характер спортсмена	2
8	Спілкування	4
Разом годин, з них:		18

4.3 САМОСТІЙНА РОБОТА

Самостійна робота включає виконання студентами завдань за темами «Психічні процеси», «Розвиток психіки і свідомості», «Відчуття та сприймання», «Характеристика особистості», «Конфлікти та способи їх розв'язання» навчальної програми, а також опрацювання літературних джерел і роботу в інформаційній мережі Інтернет.

До кожної теми сформульовані контрольні питання, на які необхідно дати відповіді після ознайомлення з матеріалом. Для самооцінки знань пропонуються тестові завдання. Для поглиблення знань рекомендується література.

Зміст самостійної роботи студента складається з таких видів:

4.3.1 Підготовка до аудиторних практичних занять.

- вивчити лекцій матеріал та підготуватися до написання тестових завдань.

4.3.2 Виконання домашніх завдань впродовж семестру.

- опрацювання окремих тем навчальної дисципліни згідно із навчально-тематичним планом.

№	Зміст	Кількість годин
1	Психологія як наука	6
2	Розвиток психіки і свідомості	6
3	Відчуття та сприймання	6
4	Увага, мислення та пам'ять	6
5	Почуття та емоції	6
6	Особистість	6

7	Темперамент і характер	6
8	Спілкування	12
Разом		54

4.4 ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

Індивідуальна робота зі студентами проводиться під керівництвом викладача. На цих заняттях деталізується інформація, яку було отримано за розділами програми.

Рекомендований перелік рефератів:

1. Поняття психіки і її форм в психології.
2. Розвиток форм психічного відображення в тваринному світі.
3. Свідомість та самосвідомість особистості.
4. Значення психологічних знань для педагогічної теорії та практики.
5. Принципи і методи дослідження сучасної психології.
6. Метод спостереження і самоспостереження в психології.
7. Експеримент, його різновиди і природа психологічного дослідження.
8. Роль біологічного і соціального в онтогенезі розвитку психіки людини і формування її особистості.
9. Особистість як продукт і суб'єкт суспільних відносин.
10. Психологічна структура особистості і діагностика її розвитку.
11. Почуття й особистість.
12. Роль почуттів у педагогічній діяльності.
13. Стреси в житті людини: причини виникнення і шляхи подолання.
14. Особливі почуття людини.
15. Проблема психології емоцій.
16. Психологія вольового зусилля.
17. Виховання і розвиток волі в школярів.
18. Основні напрямки і шляхи розвитку волі.
19. Зв'язок здібностей з успішністю виконання діяльності.
20. Природа індивідуальних відмінностей у здібностях людей.
21. Здібності і задатки.
22. Гендерні відмінності в здібностях, їхнє наукове пояснення.
23. Розвиток здібностей у людини.
24. Професія і здібності.
25. Здібності до педагогічної діяльності.
26. Чи можна змінити темперамент?
27. Темперамент і стиль діяльності.
28. Типове й індивідуальне в характері.
29. Прояв характеру і джерела його пізнання.
30. Характер і здібності.

5. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При вивченні навчальної дисципліни «Психологія фізичного виховання і

спорту» використовуються наступні методи навчання:

Словесні: лекція, доповіді, повідомлення; дискусія; бесіда;

Дидактичне тестування;

Наочні: демонстрація з залученням мультимедійних проекторів.

6. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

1. Перевірка теоретичних знань студентів (дидактичне тестування, опитування, залік).
2. Перевірка індивідуальних навчально-дослідних завдань (теми рефератів).
3. Перевірка самостійної роботи

7. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ

№	Назва і короткий зміст контрольного заходу	Мак балів	Характеристика критеріїв досягнення результату навчання для отримання максимальної кількості балів
1 модуль. Теоретичні основи лідерства та організаційної поведінки			
1.	Контроль поточної роботи на практичних заняттях (тестування)	0	Студент здатний продемонструвати критичне осмислення лекційного та позалекційного матеріалу, брати кваліфіковану участь у дискусії з наведенням аргументації
2.	Модульна контрольна робота	0	Студент виконав тестові та розрахункові завдання, що відповідають програмним результатам навчання за темами змістового модуля №1
3.	Реферат	20	Студент здатний продемонструвати критичне осмислення лекційного та позалекційного матеріалу, брати кваліфіковану участь у дискусії з наведенням аргументації
4.	Колоквіум	50	Студент виконав тестові завдання та навів аргументовані відповіді на ситуаційні завдання, що відповідають програмним результатам навчання за темами змістового модуля
Поточний контроль		100	-
Підсумковий контроль		100	Студент виконав тестові та розрахункові завдання та навів аргументовані відповіді на ситуаційні завдання, що відповідають програмним результатам навчання з дисципліни
Всього		100	-

Система оцінки знань з курсу «Психологія»

Рейтинг студента за 100-бальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS
90-100 балів	відмінно	A
81-89 балів	добре	B
75-80 балів	добре	C
65-74 балів	задовільно	D
55-64 балів	задовільно	E
30-54 балів	незадовільно з можливістю повторного складання	FX
1-29 балів	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	F

Студент, який набрав за всі контрольні завдання менше 55 балів, здає підсумковий семестровий залік (проводиться у письмовій формі) в екзаменаційну сесію, до якого він допускається, якщо має за виконання всіх передбачених елементів модуля мінімальну суму (50 %).

8. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕСПЕЧЕННЯ

1. Навчальна програма дисципліни.
2. Робоча програма навчальної дисципліни.
3. Конспект лекційного курсу навчальної дисципліни.
4. Дидактичні тести.
5. Перелік навчально-методичних посібників.
6. Електронні видання (інформаційні мережі Інтернет).

9. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Кононець М.О. Психологія професійної моральності підприємців: теорія та сучасна практика: [монографія] / М.О. Кононець. – К.: Омега-Л, 2017. – 166 с.
2. Ложкін Г. В. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: Навчальний посібник /Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І.// – К.: Професіонал, 2017. – 416 с.
3. Психологічні особливості лідерської обдарованості: концепції, діагностика, тренінги : монографія / А.В. Мітлош, В.О. Моляко, В.С. Бажанюк, В.В. Камишин // – Київ: [Інститут обдарованої дитини], 2017. 290 с.
4. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. Л. М. Карамушки. – К.: Фірма «ІНКОС», 2018. – 366 с.
5. Євтіхов О.В. Тренінг лідерства: Монографія. -К, 2018. -256 с.

6. Садохіна К.С. Психолого-педагогічні умови формування лідерських якостей підлітків / К.С. Садохіна
7. // Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка. - 2018. - Випуск 9. - С.439 - 448.
8. Ягоднікова В.В. Виховання лідерів [Текст] / В.В. Ягоднікова // Виховна робота в школі. - 2019. - № 10, жовтень. - С. 2-36.
9. Теорія і практика формування лідера: навчальний посібник / О.Г. Романовський, Т.В. Гура, А.Є. Книш, В.В. Бондаренко – Харків, 2017 р. – 100 ст.
10. Мистецтво управлінської діяльності і лідерство / В. Нагаєв // Персонал. – 2017. – № 7. – с. 65-70.
11. Лідерські якості в професійній діяльності / Романовський О. Г., Резнік С. М., Гура Т.В., Панфілов Ю.І, Голоवेशко Б.Р., Бондаренко В.В., за заг. ред. О.Г. Романовського. – Харків: НТУ«ХП», 2017
12. Jing Jiang, Chuansheng Chen, Bohan Dai, Guang Shi, Guosheng Ding, Li Liu, and Chunming Lu Leader emergence through interpersonal neural synchronization / Jiang Jing, Chen Chuansheng, Dai Bohan, Shi Guang, Ding Guosheng, Liu Li, and Lu Chunming // PNAS – Princeton: Princeton University, 2016. – Vol. 112, no. 14, P. 4274-4279.

Допоміжна

1. Андрушкін Б. М. Основи менеджменту / Б. М. Андрушкін, О. Є. Кузьмін – Львів :Світ, 2017.
2. Дудкевич Т.В. Конфліктологія з основами психології управління /Дудкевич Т. В. - К. : Центр навчальної літератури, 2018.
3. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч.Посібник.- 3-є вид., випр.-К.: Вища школа., 2018.-487 с.
4. Киричук О.В., Роменець В.А. Основи психології: Підручник. Вид. 5-е., 2019. – 632 с.

12.Інформаційні ресурси

1. <http://www.nbu.gov.ua/>
2. <http://psylib.ukrweb.net/books/index.htm>
3. <http://psylib.ukrweb.net/links/index.htm>
4. <http://www.psychnavigator.ru/books.php>
5. http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/ Index.php
6. http://kdpu.edu.ua/index.php?option=com_content&task=view&id=2382&Itemid=80