

**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Декан факультету здоров'я
та фізичного виховання

доц. Миронюк І.С.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

“ _____ ” _____ 2019 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Педагогіка та психологія спорту

спеціальність: 8.017 фізична культура і спорт

факультет здоров'я та фізичного виховання

2019-2020 н. р.

Робоча програма навчальної дисципліни ПЕДАГОГІКА ТА ПСИХОЛОГІЯ СПОРТУ для студентів спеціальності 8.017 – Фізична культура і спорт.

“ _____ ” _____ 2019 р. – 17 с.

Розробник: кандидат педагогічних наук, доцент **Кляп М.І.**, доцент кафедри фізичної реабілітації

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної реабілітації
Протокол від “ _____ ” _____ 2019 року

В.о. завідувача кафедри _____ к. н. з фізвих. і спорту Філак Я.Ф.
(підпис) (прізвище та ініціали)

“ _____ ” _____ 2019 р.

Схвалено методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання

Протокол від “ _____ ” _____ 2019 року № _____

“ _____ ” _____ 2019 року Голова _____ доц. Філак Ф. Г.
(підпис) (прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань: 017 Фізична культура і спорт	Нормативна	
	Спеціальність підготовки: 8.017 Фізична культура і спорт		
Модулів – 1		Рік підготовки:	
Змістових модулів – 1		1-й	1-й
Загальна кількість годин - 90		Семестр	
		1-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 год.	Освітній ступінь: магістр	Лекції	
		20 год.	8 год.
		Семінарські	
		10 год.	
		Самостійна робота	
60 год.	82 год.		
		Вид контролю: залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 1:2

для заочної форми навчання – 1:10

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни “Педагогіка та психологія спорту” складена відповідно до освітньої програми підготовки магістрів з фізичної культури і спорту у ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Предметом вивчення навчальної дисципліни є психологічні аспекти спортивної діяльності, її структура та аналіз окремих видів спорту; психологічні основи навчання, тренування і змагання; психологія особистості спортсмена, його індивідуально-психологічні особливості, спеціальні здібності, що визначають майстерність на різних етапах спортивного вдосконалення; психорегулюючі впливи, спрямовані на корекцію негативних психічних станів, що виникають у процесі занять спортом; психологічні характеристики спортивної команди, специфіка її формування та шляхи підвищення ефективності її діяльності.

Міждисциплінарні зв'язки: дисципліна «Педагогіка та психологія спорту» пов'язана з такими предметами як загальна, вікова та соціальна психологія, педагогіка, теорія і методика фізичного виховання і обраного виду спорту, анатомія і фізіологія людини, спортивна медицина, соціологія та ін.

Програма курсу складається з одного змістового модуля, має обсяг 3,0 кредити ЄКТС (90 год.), з них 20 год. лекційних, 10 год. практичних занять.

Мета навчальної дисципліни: – забезпечити підготовку студентів у використанні педагогічних і психологічних знань для досягнення успішності спортивної діяльності.

Основні завдання вивчення дисципліни “Педагогіка та психологія спорту”:

- розкрити основні теоретичні засади педагогіки та психології як основи проведення тренувань та забезпечення високих спортивних результатів;
- навчити студентів проводити загальну та спеціальну психологічну підготовку спортсмена до тренувально-змагального процесу;
- опанування знаннями про психологічні особливості спортивної діяльності (типи стилів, стани психологічної підготовки);
- сформувати вміння управляти психічними станами та поведінкою особистості в умовах тренувань і змагань;
- ознайомити з методами корекції негативних передстартових психологічних станів та прийомами їх позитивного використання;
- формування умінь користуватись методиками та методичними прийомами вивчення психічних станів, спортивних здібностей;
- розвиток умінь аналізу отриманих результатів.

Згідно з вимогами освітньої програми студенти повинні:

знати:

- закономірності соціально-психологічних і психічних феноменів, які виникають у спортивній діяльності, методи їх діагностики та корекції;
- особливості прояву психічних явищ в обраному виді спорту;
- засоби впливу на індивідуально-психологічні властивості спортсмена та підструктури спортивної команди з метою їх формування;
- основи загальної та спеціальної підготовки у спорті та методи їх проведення;
- особливості психологічного контролю у спорті;
- методи дослідження регуляції психічних станів спортсмена;
- специфіку психологічних станів спортсмена, методи їх корекції.

вміти:

- самостійно опрацьовувати різні види джерел (навчальну та навчально-методичну літературу), критично її аналізувати і використовувати в тренувально-змагальній практиці та під час підготовки до відповідних заходів;
- проводити психолого-педагогічні спостереження в процесі тренувань і змагань;
- діагностувати і враховувати індивідуально-психологічні особливості індивіда під час тренувальної та змагальної діяльності;
- корегувати комунікативний процес в спортивній команді;

- використовувати спецметодики для корекції негативних психічних станів спортсмена або команди;
- діагностувати соціально-психічні явища первинної групи;
- самостійно поповнювати знання з питань педагогіки і психології спорту.

На вивчення дисципліни виділяється 3,0 кредити ECTS, тобто 90 навчальних годин; з них: лекції – 20 години, семінарські заняття – 10 години, самостійна робота – 60 годин.

Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Навчальна програма систематизовано відтворює структуру навчальної дисципліни "Педагогіка та психологія спорту" відповідно до навчального плану професійної підготовки магістрів і містить виклад основних тем дисципліни. Для покращення самостійної роботи студентів з метою організації ефективного самоконтролю засвоєного матеріалу до кожної теми пропонуються контрольні запитання різних рівнів складності (репродуктивно-продуктивного та творчого).

Крім того, надаються список рекомендованої літератури, додатки для практичного опрацювання дослідницьких завдань та рефератів, які студенти можуть виконати самостійно.

3. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Виникнення, предмет і завдання психології спорту.

1. Виникнення та розвиток психології спорту.
2. Предмет психології спорту.
3. Завдання психології спорту.
4. Психологія спорту в системі наук.

Тема 2. Психологічна підготовка в спорті.

1. Основні поняття психологічної підготовки.
2. Основні напрямки психологічної підготовки в спорті.
3. Види психологічної підготовки спортсменів і команд.
4. Засоби психологічної підготовки.

Тема 3. Роль психологічної підготовки в підготовці до змагань.

1. Поняття психологічної підготовки до змагань.
2. Форми передстартових станів.
3. Причини, які впливають на стан психологічної готовності спортсмена до змагань.

Тема 4. Психологічна характеристика видів спорту

1. Загальна характеристика окремих видів спорту.
2. Проблема психологічної характеристики виду спорту.
3. Мотиваційна специфіка видів спорту.
4. Цільова специфіка видів спорту.
5. Умови спорту і їх психологічне значення. Психоспортограма.

Тема 5. Психологічні особливості формування рухових навичок.

1. Загальні поняття про психологічну структуру рухових навичок й умінь.
2. Свідомі та автоматизовані компоненти рухових навичок.
3. Динамічні стереотипи рухових навичок.
4. Перенесення, інтерференція і деавтоматизація рухових навичок.
5. Психологічна характеристика процесу формування рухових навичок.
6. Стадії формування рухових навичок.
7. Особливості формування рухових навичок в учнів.

Тема 6. Психологічний клімат спортивної команди. Сумісність членів спортивної команди.

1. Поняття психологічного клімату у спортивній діяльності.
2. Роль тренера у створення соціально-психологічного та ефективної діяльності спортивної команди.
3. Виникнення і формування міжособистісних відносин у спортивному колективі.

Тема 7. Міжособистісні взаємини у спорті

1. Соціально-психологічні особливості спортивної групи.
2. Лідерство в спортивній групі.
3. Успішність спортивної діяльності та спілкування.

Тема 8. Психологія особистості та колективу у спорті

1. Мотивація особистості у спорті.
2. Особливості особистості спортсмена.
3. Поняття про колектив і групи.
4. Групова взаємодія в спортивній команді.
5. Проблема психологічної сумісності в спортивній команді.
6. Формування колективу та виховання у ньому школярів під час занять фізичною культурою.

Тема 9. Психологія особистості тренера і спортсмена.

1. Функції тренера як керівника команди.
2. Якісні особистості тренера, що визначають успішність його діяльності. Психологічні особливості особистості тренера.
3. Типи тренерів-керівників у спортивній діяльності.
4. Стиль керівництва тренера.
5. Особистість спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності.
6. Формування особистості спортсмена.

Тема 10. Психологічні особливості діяльності спортивних суддів.

1. Діяльність суддів, зміст, механізми, місце в системі змагань.
2. Мотивація спортивного суддівства.
3. Психологічні особливості спортивних суддів.
4. Стилі спортивного суддівства.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усьо го	у тому числі					усьо го	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Тема 1. Виникнення, предмет і завдання психології спорту.	9	2	1			6	10	2				8
Тема 2. Психологічна підготовка в спорті.	9	2	1			6	9	1				8
Тема 3. Роль психологічної підготовки в підготовці до змагань.	9	2	1			6	9	1				8
Тема 4. Психологічна характеристика видів спорту	9	2	1			6	8					8
Тема 5. Психологічні особливості формування рухових навичок.	9	2	2			6	11	2				9
Тема 6. Психологічний клімат спортивної команди. Сумісність членів спортивної команди.	9	2	1			6	9					9
Тема 7. Міжособистісні взаємини у спорті	9	2	1			6	8					8
Тема 8. Психологія особистості та колективу у спорті	9	2				6	10	2				8
Тема 9. Психологія особистості тренера і спортсмена.	9	2	1			6	8					8
Тема 10. Психологічні особливості діяльності спортивних суддів.	8	2				6	8					8
Модульне контрольне оцінювання	1	-	1									
Усього годин	90	20	10			60	90	8				82

5. Теми практичних занять

№ п/п	Теми та короткий зміст заняття	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	<p>Тема: Виникнення, предмет і завдання психології спорту. Психологічна характеристика видів спорту.</p> <p>1. Виникнення та розвиток психології спорту. 2. Предмет психології спорту. 3. Завдання психології спорту. 4. Психологія спорту в системі наук. 5. Загальна характеристика окремих видів спорту. 6. Проблема психологічної характеристики виду спорту.. 7. Мотиваційна специфіка видів спорту. 8. Цільова специфіка видів спорту. 9. Умови спорту і їх психологічне значення. Психоспортограма</p>	2	
2	<p>Тема: Психологічна підготовка в спорті. Роль психологічної підготовки в підготовці до змагань.</p> <p>1. Основні поняття психологічної підготовки. 2. Основні напрямки психологічної підготовки в спорті. 3. Види психологічної підготовки спортсменів і команд. 4. Засоби психологічної підготовки. 5. Поняття психологічної підготовки до змагань. 6. Форми передстартових станів. 7. Причини, які впливають на стан психологічної готовності спортсмена до змагань.</p>	2	
3	<p>Тема: Психологічні особливості формування рухових навичок.</p> <p>1. Загальні поняття про психологічну структуру рухових навичок й умінь. 2. Свідомі та автоматизовані компоненти рухових навичок. 3. Динамічні стереотипи рухових навичок. 4. Перенесення, інтерференція і деавтоматизація рухових навичок. 5. Психологічна характеристика процесу формування рухових навичок. 6. Стадії формування рухових навичок. 7. Особливості формування рухових навичок в учнів.</p>	2	
4	<p>Тема: Психологічний клімат спортивної команди. Сумісність членів спортивної команди. Міжособистісні взаємини у спорті</p> <p>1. Поняття психологічного клімату у спортивній діяльності. 2. Роль тренера у створення соціально-психологічного та ефективної діяльності спортивної команди. 3. Виникнення і формування міжособистісних відносин у спортивному колективі. 4. Соціально-психологічні особливості спортивної групи. 5. Лідерство в спортивній групі. 6. Успішність спортивної діяльності та спілкування.</p>	2	
5	<p>Тема: Психологія особистості тренера і спортсмена.</p> <p>1. Функції тренера як керівника команди. 2. Якісні особистості тренера, що визначають успішність його діяльності. Психологічні особливості особистості тренера. 3. Типи тренерів-керівників у спортивній діяльності. 4. Стиль керівництва тренера.</p>	1	

	5. Особистість спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності. 6. Формування особистості спортсмена.		
	Модульне оцінювання	1	
	Всього за модулем	10	

6. Самостійна робота

№	Теми та короткий зміст	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Виникнення, предмет і завдання психології спорту.	6	8
2	Психологічна підготовка в спорті.	6	8
3	Роль психологічної підготовки в підготовці до змагань.	6	8
4	Психологічна характеристика видів спорту	6	8
5	Психологічні особливості формування рухових навичок.	6	9
6	Психологічний клімат спортивної команди. Сумісність членів спортивної команди.	6	9
7	Міжособистісні взаємини у спорті	6	8
8	Психологія особистості та колективу у спорті	6	8
9	Психологія особистості тренера і спортсмена.	6	8
10	Психологічні особливості діяльності спортивних суддів.	6	8
	Всього за модулем	60	82

Теми рефератів з дисципліни

1. Психологія спорту як спеціальна галузь психології науки.
2. Психологічний аналіз змагально-тренувального процесу та його впливу на психіку спортсмена.
3. Формування стану психологічної готовності та розробка методів її корекції.
4. Проблема психологічного відбору і профорієнтації в спорті.
5. Соціально-психологічні явища спортивної команди, їх оптимізація.
6. Основні категорії психології спорту та методи досліджень у психології спорту.
7. Психологічні характеристики спортивної діяльності.
8. Психологічна класифікація видів спорту.
9. Функції тренера у змагально-тренувальній діяльності.
10. Мотиви діяльності тренера у спорті.
11. Труднощі в діяльності тренера.
12. Педагогічні та психологічні якості тренера.
13. Стили керування спортивною командою.
14. Типи спортивних тренерів.
15. Професійна деформація та «спортивне вигорання» тренера.
16. Авторитет тренера, етапи його формування.
17. Модальні психологічні характеристики тренера.
18. Здібності. спортсмена. Розвиток здібностей і вибраному виді спорту.
19. Мотиви спортивної діяльності.
20. Психологічна характеристика спортивного колективу.
21. Спілкування у спортивній команді.
22. Структура спортивної команди.
23. Психологічна атмосфера спортивної команди.
24. Конфлікти у спортивній діяльності та шляхи їх попередження.
25. Становлення спортивного колективу.
26. Тренер як керівник спортивної діяльності.
27. Лідери у спорті.
28. Психологічне забезпечення тренувальної діяльності.

29. Психологічна підготовки у спорті.
30. Відносини тренера і лідерів при підготовці до змагань..
31. Філософські основи психології спорту.

Вимоги до реферату:

Реферат виконується самостійно студентом за однією із запропонованих тем (теми різних студентів не повторюються) впродовж вивчення змістового модуля дисципліни. Захист реферату проходить на практичному занятті, якщо тема реферату розкриває деякий аспект проблеми, що обговорюється на цьому занятті, або на консультації впродовж семестру.

Оформлення реферату: реферат друкується на комп'ютері на листках формату А4, гарнітура Times New Roman 14пт. Інтервал між рядками – 1,5. Поля: ліве – 2,0 см; праве – 2,0 см; верхнє – 2,0 см; нижнє – 2,0 см., розміщення тексту по ширині, абзац – 1,25 мм. Сторінки реферату нумеруються.

Обсяг реферату – 20-25 сторінок.

Список використаних джерел складається в алфавітному порядку відповідно до існуючих стандартів бібліографічного опису (див.: стандарт «Бібліографічний запис. Бібліографічний опис» (ДСТУ 7.1:2006 та Форма 23, затверджена ВАК України від 29 травня 2007 року № 342).

Оцінювання реферату та його захисту – до 20 балів (10 балів за зміст реферату та його оформлення, 10 балів за захист).

Структура реферату:

1. Титульна сторінка.
2. Зміст або план реферату.
3. Вступ.
4. Параграфи за темою реферату (не менше 2-х).
5. Висновок.
6. Література.

Посилання в тексті реферату здійснюються за таким зразком: [5, с. 27], діапазон сторінок дається через тире (наприклад: [1, с.138-141]), декілька джерел відділяються крапкою з комою або дефісом (наприклад: [1; 3; 5] або [5-7]).

7. Методи навчання

1. Основні форми навчального процесу при вивченні дисципліни «Педагогіка та психологія спорту»:

- навчальні заняття;
- самостійна робота студентів;
- робота в наукових бібліотеках та мережі Інтернет;
- контрольні заходи.

2. Види навчальної роботи студентів:

- лекція;
- практичне заняття;
- консультація;
- залік.

З метою активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів при вивченні дисципліни «Педагогіка та психологія спорту» використовуються різноманітні методи навчання, а саме: вербальні (словесні), наочні та практичні методи, які включають в себе як подання матеріалу викладачем (лекція, розповідь, пояснення, бесіда), так і роботу студентів з книжкою (підручником, довідковою, науково-популярною і навчальною літературою) та глобальною мережею Інтернет; робота з першоджерелами (науковими працями вчених-педагогів), виконання тестових завдань та ін..

Метод викладання навчального матеріалу визначаються викладачем в залежності від цілей і завдань, виду занять, змісту теми, можливостям (інтелектуальним, психологічним, морально - етичним тощо) студентів, наявним умовам і часу, відведеному для вивчення теми.

У ході лекцій використовуються наступні методи: пояснювально-ілюстративний, або інформаційно-рецептивний метод (розповідь, лекція, пояснення, робота з першоджерелами, підручником, демонстрація та ін.), проблемний метод подачі навчального матеріалу, частково-пошуковий або евристичний методи, коли викладач розділяє проблему на частини, студенти здійснюють окремі кроки щодо розв'язування підпроблем. Під час викладання навчального матеріалу лекції може використовуватися мультимедійна презентація .

Перелік методів навчання, що використовуються у процесі вивчення дисципліни:

За типом пізнавальної діяльності:

- пояснювально-ілюстративний;
- репродуктивний;
- проблемного викладу;
- дослідницький;
- аналітичний;
- індуктивний;
- дедуктивний.

За основними етапами процесу:

- формування знань;
- формування умінь і навичок;
- застосування знань;
- узагальнення;
- закріплення;
- перевірка.

За системним підходом:

- стимулювання та мотивація;
- контроль та самоконтроль.

За джерелами знань:

- словесні – розповідь, пояснення, лекція;
- наочні – демонстрація, ілюстрація;
- практичні – формування вмінь та навичок.

За рівнем самостійної розумової діяльності:

- проблемний;
- частково-пошуковий;
- дослідницький;
- метод проблемного викладання.

8. Методи контролю

Оцінювання якості знань студентів в умовах організації навчального процесу за кредитно-модульною системою здійснюється шляхом поточного, модульного, підсумкового (семестрового) контролю за 100-бальною шкалою оцінювання, за шкалою ECTS та національною шкалою оцінювання.

Застосовуються наступні методи оцінювання:

1. Індивідуальне усне опитування.
2. Тестовий письмовий контроль (з декількома правильними відповідями).
3. Підготовка та захист реферату або презентації.
4. Індивідуальний письмовий контроль (теоретичні питання), застосовується під час модульного та підсумкового контролю.

Перевірка та оцінювання знань, умінь і практичних навичок студентів здійснюються за 100 бальною шкалою в межах змістового модуля та 100-бальною шкалою у процесі

підсумкового модульного контролю. Загальна оцінка складається з оцінки за результатами модульного контролю (табл. 1).

Модульний контроль проводиться у процесі занять шляхом аналізу показників поточної успішності та письмової контрольної роботи. В кожному варіанті є 2 теоретичні питання. Правильна відповідь за кожне теоретичне питання оцінюється по 30 балів.

За допомогою відповідей на 2 теоретичні питання оцінюється ступінь засвоєння пройденого матеріалу за максимальною рейтинговою оцінкою – 60 балів. До оцінки за результати відповіді на 2 теоретичні питання додаються оцінки за активність студента на заняттях та результати поточних тестувань протягом практичних занять, максимально 20 балів. Якість самостійної роботи (зміст та захист реферату або презентації) теж оцінюється до 20 балів (10 балів за зміст, 10 балів за захист).

Таблиця 1

Шкала контролю змістового модулю

Показники	Бали
Змістовий модульний контроль:	
Поточний модульний контроль:	
Письмове опитування (за правильну відповідь нараховується по 30 балів за кожне з 2-ох теоретичні питання)	0-60
Бали за активність на практичних заняттях (за результатами тестового контролю (5 тестів) на кожному практичному занятті за кожну правильну відповідь нараховується 1 бал, береться середній бал за оцінювання усних відповідей і тестових занять з усіх занять, що множиться на коефіцієнт 4)	0-20
Бали за якість самостійної роботи: підготовка та захист реферату або презентації за обраною темою	0-20
Загальна оцінка	0 - 100

Контроль теоретичної підготовленості

Теоретична підготовленість перевіряється і оцінюється за результатами усної або письмової відповіді на контрольні питання, що складені у відповідності до змісту навчальної програми (табл.2).

Таблиця 2

Нарахування балів за теоретичну підготовленість студентів на модульний контрольній роботі

Бали	Критерії оцінки
30	якщо відповідь повна і правильна, з прикладами та поясненнями
25	якщо відповідь повна і правильна, але є лише окремі приклади або пояснення
20	якщо відповідь по суті правильна, але не повна
15	якщо відповідь викладена не повно і з помилками
10	якщо відповідь обмежується визначенням окремих понять
5	якщо відповідь обмежується визначенням окремих понять, з помилками
0	якщо відповідь не розкриває суті або не зроблена спроба відповісти на поставлені запитання

Підсумковий модульний контроль проводиться наприкінці семестру у вигляді заліку, дає можливість визначити кінцеву ступінь засвоєння навчального матеріалу. За результатами вивчення модуля проводиться оцінювання, максимальна оцінка – 100 балів.

Залік є заключним підсумковим контролем у кінці семестру першого навчального року. До заліку допускаються студенти, що отримали не менше 60 балів за підсумками модульного контролю.

Студенти, в яких оцінки за підсумками модульного контролю дорівнюють або є вищими за 60 балів, можуть не приймати участі в заліковому контролі, але за бажанням вони можуть покращити свої бали, прийнявши участь в заліку.

Під час заліку даються письмові відповіді на 2 теоретичних питання, по 50 балів за кожне запитання (табл.4). Максимальна оцінка за екзаменаційну відповідь складає 100 балів. (табл.3) відповідно до шкали оцінювання (табл.5).

Таблиця 3

Шкала модульного контролю екзаменаційного опитування

Показники	Бали
Письмове опитування (по 50 за 2 теоретичних питання)	0-100
Загальна оцінка	0- 100

Таблиця 4

Нарахування балів за теоретичну підготовленість студентів на екзамені

Бали	Критерії оцінки
50	якщо відповідь повна і правильна, з прикладами і поясненнями
45	якщо відповідь повна і правильна, але є тільки окремі приклади і пояснення
40	якщо відповідь повна і правильна, але приклади і пояснення відсутні
35	якщо відповідь по суті правильна, але з невеликими помилками
30	якщо відповідь викладена не повно і з незначними помилками
25	якщо питання висвітлено правильно приблизно наполовину, є наведені приклади і пояснення
20	якщо відповідь обмежується тільки визначенням всіх необхідних понять без пояснень
10	якщо відповідь обмежується визначенням окремих понять, з помилками
0	якщо відповідь не розкриває суті або не зроблена спроба відповісти на поставлені запитання

Таблиця 5

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання

0-34	Б	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
------	---	--	---

9.Методичне забезпечення

1. Конспект лекцій з дисципліни «Педагогіка та психологія спорту».
2. Збірники тестових завдань з дисципліни «Педагогіка та психологія спорту».
3. Презентації.
4. Інструктивно-методичні матеріали для поточного і підсумкового контролю знань.
5. Правила модульно-рейтингового оцінювання знань із навчальної дисципліни.
6. Навчально-методичний комплекс з дисципліни «Педагогіка та психологія спорту».

10. Питання для модульного та підсумкового контролю

1. Що таке психологія спорту?
2. З чим пов'язані необхідність та інтенсифікація досліджень з психології спорту?
3. Назвіть наукові основи спортивної діяльності і місце психології спорту серед них.
4. Назвіть основні прізвища відомих вітчизняних та зарубіжних спеціалістів з психології спорту та їх внесок у її розвиток.
5. Охарактеризуйте основні періоди розвитку психології спорту.
6. Розкрийте зовнішні і внутрішні об'єктивні умови розвитку психології спорту як прикладної дисципліни.
7. У чому полягає специфіка спортивної діяльності?
8. Покажіть зв'язки психології спорту з іншими галузями психологічної науки.
9. Що вивчає психологія спорту?
10. Назвіть етапи формування проблематики психологічних досліджень у спорті та їх зміст.
11. Які теоретичні підходи використовує психологія спорту?
12. Поясніть формальні та змістові завдання психології спорту.
13. Які функції спеціаліста в галузі психології спорту?
14. Назвіть мету досліджень у психології спорту.
15. Які організаційні методи використовують у психології спорту? Спостереження та його види в психології спорту.
16. Експеримент у психології спорту. Його головні змінні.
17. Переваги та недоліки наукових методів.
18. Зв'язок особистісних якостей спортсмена й успішності спортивної діяльності. Підходи до розуміння.
19. Види методик за формою проведення.
20. Експрес-методики в психології спорту.
21. Правила застосування психологічних методик у спорті.
22. Опишіть, як пов'язані між собою психічні стани, психічні процеси і властивості.
23. Поясніть рівні вивчення психічних станів.
24. Які фактори впливають на виникнення і динаміку психічних станів?
25. Назвіть стани зниженої працездатності в спорті.
26. Що таке стан тривоги? Які його складові?
27. Поясніть особистісну тривожність та її зв'язок із спортивними досягненнями.
28. Розкрийте стадії стресового стану.
29. Що таке ситуаційні й особистісні стресори?
30. Перерахуйте ознаки підвищеного стресу і тривоги.
31. Які ознаки ідеального стану для виступу?
32. Назвіть переважаючі тенденції прояву властивостей нервової системи у представників різних видів спорту.
33. Розкрийте стилі спортивної діяльності.

34. Як пов'язані стилі спортивної діяльності з психологічними властивостями нервової системи?
35. Вкажіть оптимальне співвідношення між типологічно обумовленим стилем діяльності і ефективністю спортсмена.
36. Назвіть психічні стани в спорті за характеристикою їх тривалості.
37. Охарактеризуйте стійкість до несприятливих психічних станів у спортсменів з різними типологічними властивостями нервової системи.
38. У чому зміст диференційно – психофізіологічного підходу в спортивній діяльності?
39. Які принципи прогнозування ефективності спортивної діяльності треба враховувати спортивному психологу?
40. Що означає профіль особистості спортсмена?
41. Який зв'язок між рисами особистості спортсмена й ефективністю спортивної діяльності?
42. Чи пов'язані прояви особистісних властивостей спортсменів з видами спорту?
43. Які відмінності спортсменів за мотивацією спортивної діяльності?
44. Чи існує пряма залежність між рівнем особистісної тривоги і станом тривоги у спортсмена?
45. Чим опосередковується зв'язок стану агресії та агресивності як особистісної характеристики спортсмена?
46. Розкрийте поняття “агресія”.
47. Як впливає покарання на рівень агресії?
48. Чи виконує агресія в спорті позитивну функцію?
49. Які мотиви проявляються в умовах спортивної діяльності?
50. Як пов'язується зміна психічних станів спортсмена з особливостями позитивної та негативної мотивації та схильністю до ризику?
51. Розкрийте поняття фрустрації в спорті.
52. Що таке психологічне забезпечення в спорті?
53. Назвіть складові психологічного забезпечення в спорті.
54. У чому полягає головна мета психологічної підготовки в спорті?
55. Опишіть структуру психологічної підготовки в спорті.
56. Розкрийте види та форми психологічної підготовки.
57. Що таке стан психічної готовності спортсмена?
58. Які складові надійності спортсмена?
59. Що таке психічна регуляція та які її рівні?
60. Яка структура психічної регуляції?
61. Розкрийте механізми психічної регуляції.
62. Які особливості психологічного контролю в спорті?
63. Яка мета психологічного контролю в спорті?
64. Назвіть основні форми психологічного контролю.
65. Розкрийте зміст поглибленого психологічного контролю.
66. Як використовуються результати поглибленого психологічного контролю?
Яка мета етапного психологічного контролю
67. Як оцінюються зміни в психічному стані спортсмена на етапі поточного психологічного контролю?
68. Які методи експрес-діагностики стану спортсмена в умовах оперативного контролю?
69. Розкрийте шляхи регуляції психічних станів.
70. Назвіть методи психічної регуляції.
71. Що входить у завдання психічного тренування?
72. Які є види психічного тренування?
73. Що таке психічна репетиція?
74. Які фази виділяють у тренуванні психологічних умінь?

75. Як посилити здатність відтворювати та контролювати ідеальний стан для виступу?
76. Яка структура програми психотренінгу Л. Унесталя?
77. У чому суть загальних вимог до проведення програми тренування психологічних умінь?
78. Яка головна мета програми психічного тренування?

11. Рекомендована література

Підручники

а) основна:

1. Кириленко Т.С. Психологія спорту. Регуляція психічних станів. К.:КУ ІПО, 2002.
2. Ложкин Г.А. Психологія спорту. Методичний посібник. К. 2004.
3. Марищук В.Л., Блудов Ю.Л. и др. Методики психодіагностики в спортe . – Л., 2001.
4. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – К., 1998.

б) додаткова:

5. Ильин Е.П., Киселёв Ю.Я., Сафонов В.К. Психология спорта. Современные направления в психологии. – Ленинград, 1999.
6. Загайнов Р. Дневник психолога. Как осознанный долг. – М., 1999.
7. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. – М., 1999.
8. Куликов Л.В. Психические состояния . Хрестоматия. СПб.2000.
9. Практикум по психологии спорта. Л., 2001.

12. Інформаційні ресурси

1. Робоча програма навчальної дисципліни «Педагогіка та психологія спорту» для студентів спеціальності 8.017 Фізична культура і спорт/М.І. Кляп – Ужгород, 2019. (Електронна версія на кафедрі фізичної реабілітації ФЗФВ ДВНЗ «УжНУ»).
2. Навчально-методичний комплекс дисципліни «Педагогіка та психологія спорту» (друкована версія на кафедрі фізичної реабілітації ФЗФВ ДВНЗ «УжНУ»).