

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-03-38 S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

Спортивна психологія		Sports psychology	
Шифр за ОП	ВВ 3.2	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of education: bachelor's (first)	
Галузь знань: Освіта/Педагогіка	01	Field of knowledge: Education/Pedagogy	
Спеціальність: Фізична культура і спорт	017	Field of study: Physical culture and sports	
Спеціалізація: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Specialization: Physical culture and sports rehabilitation	
Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Degree Programme: Physical culture and sports rehabilitation	

РІВНЕ – 2024

Силабус освітнього компонента «Спортивна психологія» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2024. 8 с.

ОПП на сайті університету: <https://ep3.nuwm.edu.ua/30764/>

Розробник силябусу: Григус Ігор Михайлович, д. мед. н., професор;
Шейна Мирослава Віталіївна, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін.

Силябус схвалений на засіданні кафедри медико-біологічних дисциплін.
Протокол № 1 від «28» серпня 2024 року

Завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін:
е-підпис Гуцман С.В., кандидат біологічних наук, доцент.

Гарант освітньої програми: е-підпис Ногас Анжела Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ
Протокол № 1 від «29» серпня 2024 року

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ: е-підпис Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор.

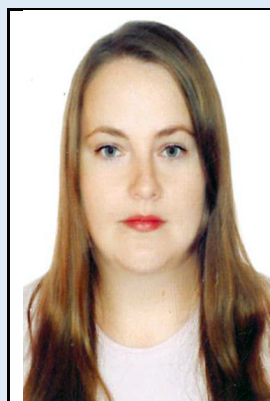
© Шейна.М.В.,2024
© НУВГП, 2024

ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА	
СПОРТИВНА ПСИХОЛОГІЯ	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація
Спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
Рік навчання, семестр	2-й, (3 семестр)
Кількість кредитів	4 кредитів ЄКТС
Лекції:	24 год денна/4 заочна

Лабораторні заняття:	36 год денна/ 8заочна
Самостійна робота:	72 год/ 108 год
Курсова робота:	Ні
Форма навчання	Денна/заочна
Форма підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	Українська

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА

ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА



*Шейна Мирослава Віталіївна
старший викладач кафедри медико-біологічних
дисциплін*

Вікіситет

Вікіситет: [http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Мирослава Віталіївна Шейна](http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Мирослава_Віталіївна_Шейна)

ORCID

<https://orcid.org/0000-0001-6411-9084>

Як комунікувати m.v.sheina@nuwm.edu.ua

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Мета та завдання

Мета: освітнього компонента «Спортивна психологія» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» ознайомити студентів з предметом, формувати у студентів системи знань про закономірності психічної діяльності людини в процесі підготовки та участі у спортивних змаганнях, ознайомитись з особливостями особистості тренера і спортсмена, взаємодії командної роботи в спорті.

Завдання: визначити, який вид спорту краще підходить до індивідуального темпераменту спортсмена, виховати морально-вольові якості, покращити взаємодію між спортсменом і тренером, навчитись попереджати емоційне вигорання в спортсменів, навчитись адаптуватись в критичній ситуації.

Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=6730>

Компетентності

ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

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

Програмні результати навчання

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

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

ПРН 19. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.

Структура та зміст освітнього компонента

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (16 год)

Тема 1. Історичні передумови виникнення психології спорту. Предмет та завдання спортивної психології (2 год.)

Тема 2. Психологічні засади теорії спорту (4 год.)

Тема 3. Психологічна характеристика видів спорту. Самооцінка, самокритичність спортсмена, та їх прояв у спорті (2 год.)

Тема 4. Психодіагностика у спорті. Аналіз психічних процесів, станів та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом (2 год.)

Тема 5. Психологічний клімат спортивної команди, навички лідерства. Методи психологічної підготовки у спорті (4 год.)

Тема 6. Ефективність професійної діяльності психолога у галузі спорту, спортивна кар'єра Проблеми соціальної адаптації спортсменів (2 год.)

ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ (32 год)

Тема 1. Історія спортивної психології (2 год.)

Тема 2. Теорія спорту, психологічні засади (2 год.)

Тема 3. Система знань про механізми психомоторики. Системні принципи у психології спорту (2 год.)

Тема 4. Психомоторика. Сутність психомоторики людини (2 год.)

Тема 5. Функції та регулятори психомоторики (2 год.)

Тема 6. Види спорту психологічні характеристики (2 год.)

Тема 7. Психологічні уявлення про здорову особистість. Емоційно-вольова сфера спортсмена та її прояв у спорті (2 год.)

Тема 8. Спортивна психодіагностика (2 год.)

Тема 9. Аналіз психічних процесів, станів та властивості людини у спортивній психології (2 год.)

Тема 10. Психологія спортивного відбору та методи психологічної підготовки у спорті (4 год.)

Тема 11. Психологія спортивного колективу. Сумісність членів спортивної команди (2 год.)

Тема 12. Психологія діяльності тренера і спортсмена та спортивних суддів (2 год.)

Тема 13. Спортивна кар'єра і проблеми соціальної адаптації спортсменів після завершення кар'єри (2 год.)

Тема 14. Фізичне навантаження і психічне здоров'я. Ефективність професійної діяльності психолога у галузі спорту (4 год.)

Методи та технології навчання

Методи: вербальні, наочні, практичні та ін., зокрема демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації.

Технології:

Імітаційні (рольові та ділові ігри).

Неімітаційні (розгляд проблемних питань, демонстрація відео).

Робота в малих групах (команді).

Проектна технологія.

Аналіз конкретних ситуацій (case study).

Форми проведення занять

Форми проведення занять: проблемні та оглядові лекції, міні-лекції, аналіз конкретних ситуацій, презентації, дискусії, ситуаційні дослідження, лабораторні заняття, ділові ігри, тренінги, заняття із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної техніки тощо.

Інструменти, обладнання, програмне забезпечення

Лабораторне обладнання, тренажери, реабілітаційне обладнання, реабілітаційний та спортивний інвентар, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проєкційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди.

Порядок оцінювання програмних результатів навчання

Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквиуму по всьому матеріалу.

Для досягнення цілей та завдань курсу студентам потрібно вчасно виконати завдання, пов'язані з пошуком інформації стосовно вибраної професійної діяльності, вчасно здати модульні контролі знань.

Теоретичні знання, отримані під час лекцій, оцінюватимуться у практичному вмінні.

За аудиторні заняття студенти отримують від 0 до 60 балів.

Викладач проводить оцінювання індивідуальних завдань студентів шляхом виставлення балів за визначеними критеріями, що вчасно доводяться здобувачам освіти. Також студент під наглядом викладача самостійно оцінює свою роботу.

Модульний контроль проходитиме у формі тестування:

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 10 запитань по 0,8 бала (8 балів), рівень 2 – 6 запитань по 1 балу (6 балів), рівень 3 – 4 запитання по 1,5 бали (6 балів). Усього – 20 балів.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість подання апеляції:

<https://ep3.nuwm.edu.ua/21123/>

Рекомендована література (основна, допоміжна)

Основна література:

1. Бочелюк В.Й Черепехіна О.А Психологія спорту: підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2022. 224 с.
2. Бочавер К. Психологія дитячо-юнацького спорту. Книга для батьків спортсмена та тренерів. Київ: Спорт, 2021. 272с.
3. Воронова В.І. Психологія спорту: навч. посіб. Київ.: Олімпійська література, 2019. 144 с.
4. Дуткевич Т. Загальна психологія: теоретичний курс підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 387 с.
5. Кашуба В.О., Попадюха Ю.А. Біомеханіка просторової організації тіла людини: сучасні методи та засоби діагностики і відновлення:, Київ.: ЦУЛ, 2018. 768 с.
6. Михалюк Є. Л., Сиволап В. В. Діагностика і профілактика захворювань та травм, що виникають в наслідок нераціональних занять спортом: навч. посіб., Львів: Магнолія, 2022. 200 с.
7. Савчин М. Загальна психологія: підручник Київ: Академія, 2024. 352 с.

Допоміжна література:

1. Білаш,С.М., Коптев О.М. Проніна, О.М. Беляєва та ін Анатомія людини: підручник Київ: ВСВ Медицина,2023. 279 с.
2. Стасюк Р. М Силові види спорту: конспект лекцій. Суми: Сумський державний університет, 2023. 67 с.
3. Тараріна О. Книга Пісочна арт-терапія. Практичний старт Київ: Астамір-В, 2023. 120 с.
4. Тараріна О. Практикум з арт-терапії. Скриня майстра. Київ: Астамір-В, 2024. 224 с.
5. Шалар О.Г. Практикум з педагогіки та педагогіки спорту. Навчально-методичний посібник. Херсон.: ПП Вишемирський В.С., 2014. 124 с.

Інформаційні ресурси в Інтернет

1. <https://journals.sagepub.com/home/spx> Журнал, що публікує актуальні дослідження та огляди з області спортивної медицини та реабілітації. Додаткові матеріали про фізкультурно-спортивну реабілітацію.
2. <https://www.acsm.org> Офіційний веб-сайт Американського коледжу спортивної медицини, де можна знайти рекомендації та матеріали про фізкультурно-спортивну реабілітацію.

Поєднання навчання та досліджень

Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.

ПОЛІТИКИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ

Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)

Здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід зі складних ситуацій, взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності.

Дедлайни та перекладання

Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів.

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно з «Порядком ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», <https://ep3.nuwm.edu.ua/21123/>

Згідно з цим документом і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі.

Перездача модульних контролів здійснюється згідно графіку. Оголошення стосовно дедлайнів задачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/>

Неформальна та інформальна освіта

Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті згідно з відповідним Положенням про неформальну освіту. <http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/>

Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опановувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даного освітнього компонента, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.

Правила академічної доброчесності

Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці.

Здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту роботи та ін.

В цілому студенти та викладачі мають дотримуватися «Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП» <https://nuwm.edu.ua/naukova-dijalnistj/aspirantura-doktorantura/normativni-dokumenty>

Вимоги до відвідування

Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях.

Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн, або онлайн режимі, згідно з розкладом.

Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету.

Заняття онлайн можуть проводитися за допомогою Google Meet за кодом.

Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно з відповідним положенням <http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/>

Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.

Автор
Старший викладач КМБД

Мирослава ШЕІНА

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №1182
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100