

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії та методики фізичної культури і спорту

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Освітня програма «Середня освіта. Фізична культура»

Перший (бакалаврський) рівень

Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури і
спорту

Протокол № 1 від “30” серпня 2020 р.

Івано-Франківськ - 2020

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Психологія фізичного виховання
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Викладач (-і)	Мицкан Тетяна Степанівна
Контактний телефон викладача	0953331024
Е-mail викладача	tetiana.mytskan@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Лекційні, семінарські заняття
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	четвер 13.30
2. Анотація до курсу	
<p>Дисципліна призначена для студентів другого курсу спеціальності 014. Дана навчальна дисципліна є визначальною для розвитку професійної свідомості і соціально-особистісних компетенцій фахівця в галузі фізичної культури і спорту.</p> <p>Навчально-методичний комплекс покликаний ознайомити студентів з теоретичними основами психології фізичної культури, психології спорту, а також містить матеріал для можливості застосування отриманих студентами теоретичних знань на практиці. Вивчення навчальної дисципліни «Психологія фізичної культури і спорту» необхідно для оволодіння студентами системою знань, умінь і навичок, необхідних майбутнім учителям фізичної культури. Роль і значення визначається не тільки необхідністю підготовки висококваліфікованих педагогів, а й фахівців-професіоналів в галузі фізичної культури і спорту.</p>	
3. Мета та цілі курсу	
<p>Мета вивчення дисципліни - формування професійної майстерності фахівця (учителя, тренера, керівника спортивних секцій). Дисципліна допомагає більш правильно визначити зміст і методи педагогічного процесу, адекватно сприймати особливості окремих учнів і колективу спортсменів, раціонально організувати їх учбову та спортивну діяльність, планувати майбутньому фахівцю професійну діяльність, враховуючи свої сильні і слабкі сторони, знаходити оптимальні шляхи встановлення взаєморозуміння з учнями.</p>	
4. Компетентності	
<p>ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК-2. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p>ЗК-3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.</p> <p>ЗК-4. Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;</p> <p>ЗК-5. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;</p> <p>ЗК-6. Здатність спілкуватися (першою) рідною мовою, правильно і логічно будувати своє усне й писемне мовлення;</p> <p>ЗК-8. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;</p> <p>ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК-10. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p>ЗК 11. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології.</p>	

ЗК-12. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ФК-1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.

ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

ФК-13. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.

ФК-15. Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку

ФК-19. Здатність до безперервного професійного розвитку.

5. Результати навчання

ПРН-2. Знає та розуміє основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп; закони і принципи навчання рухових умінь і навичок.

ПРН-5. Знає вікові особливості та закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН-6. Розуміє значення та зміст обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі.

ПРН-13. Володіти педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ПРН-18. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

ПРН-24. Здатність спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

ПРН-25. Здатність засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН-26. Бути здатним до дотримання етичних норм, формувати комунікаційну стратегію з колегами, соціальними партнерами, учнями й вихованцями та їхніми батьками.

ПРН-27. Організовувати співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях).

ПРН-28. Розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва.

6. Організація навчання курсу

Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекційні заняття	12
семінарські заняття / практичні / лабораторні	18
самостійна робота	60

Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
3	014 Середня освіта	2	Н

(Фізична культура)					
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
ТЕМА 1. Предмет психології фізичної культури	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1, 2, 19, 20	Предмет, завдання психології фізичної культури і спорту. Взаємозв'язок психології фізичної культури і психології спорту. Особливості діяльності у фізичній культурі і спорті. Психологічна систематика видів спорту. Методи в психології фізичної культури і спорту. Педагогічна спрямованість психології фізичного виховання. Історія розвитку психології спорту.	5 балів	Згідно розкладу
			2 2 6		
ТЕМА 2. Мотивація занять фізичною культурою і спортом.	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	3,5,16,22	Потреби: і мотиви і їх місце в структурі особистості. Поняття і сутність мотивації. Потреби як джерело мотивації. Характеристика (класифікація і типологія) мотивів занять ФКіС. Співвідношення внутрішньої і зовнішньої мотивації в спорті. Сила мотиву і ефективність діяльності. Мотивація занять на різних етапах спортивної кар'єри. Причини відмови від занять ФКіС і способи підвищення «вірності» фізичної активності. Статеві відмінності в спортивної мотивації. Основні поняття: потреби як основа мотивів, сутність мотивації, типологія мотивів занять ФКіС, сила і стійкість, динаміка мотивації занять, стать і спортивна мотивація.	5 балів	Згідно розкладу
			2 2 6		

ТЕМА 3. Психологія особистості вчителя фізичної культури і тренера	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	4,7,15,2 1	Діяльність вчителя фізичної культури. Здібності, необхідні вчителю фізичної культури. Уміння вчителя фізичної культури. Стиль діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет учителя фізичної культури. Психологічні особливості діяльності тренера. Професійно-значущі особистісні якості тренера.	5 балів	Згідно розкладу
ТЕМА 4. Психологія особистості, що займається фізичною культурою і спортом	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	3,8,12,1 9	Учень - суб'єкт навчальної діяльності Мотиваційна сфера школяра. Самосвідомість і самооцінка школяра. Емоційна сфера школяра. Вольова сфера. Типові особливості особистості школярів. Особистість спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності. Формування особистості спортсмена.	5 балів	Згідно розкладу
ТЕМА 5. Психологія спортивної групи	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2,9,14,1 7	Психологічна характеристика групи, що займається фізичною культурою і спортом. Психологічна структура спортивної групи. Поняття спортивної команди. Керівництво та лідерство в спорті.	5 балів	Згідно розкладу
ТЕМА 6. Спілкування і		5,10,13, 19	Психологічні основи спілкування в спорті.	5 балів	Згідно розкладу

<p>міжособистісні взаємини спортивній діяльності</p>	<p>у</p> <p>Лекції Практичні заняття Самостійна робота</p>		<p>Успішність спортивної діяльності та спілкування. Особливості взаємовідносин в системі «тренер-спортсмен». Особливості взаємовідносин в системі «спортсмен- спортсмен». Засоби спілкування вчителя фізичної культури з учнями. Фактори, що зумовлюють ефективність педагогічного спілкування. Формування умінь спілкування. Форми впливу вчителя фізичної культури на учнів.</p>	<p>1 2 7</p>	
<p>ТЕМА 7. Психологія конфліктів навчально-тренувальній спортивній діяльності</p>	<p>в і</p> <p>Лекції Практичні заняття Самостійна робота</p>		<p>Поняття конфлікту і конфліктної ситуації. Причини і умови виникнення конфлікту вчителя фізичної культури з учнями, тренера і спортсменів. Особливості поведінки вчителя в конфліктній ситуації. Управління учителем (тренером) конфліктом між учнями.</p>	<p>5 балів</p>	<p>Згідно розкладу</p>
<p>ТЕМА 8. ПСИХОЛОГІЧНІ ПИТАННЯ НАВЧАННЯ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ</p>			<p>Психомоторні фактори розвитку особистості. Психологічні теорії побудови та управління руховою дією. Передумови до навчання спортивним вправам. Функції викладача в процесі навчання рухам. Психологічні аспекти навчання руховому навичку. Індивідуалізація навчання спортивним діям. Основні поняття: психомоторики, формування рухових навичок, крива вправ в руховому навичку, стійкість і</p>	<p>5 балів</p>	<p>Згідно розкладу</p>

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		переробка навичок. 1 2 7		
ТЕМА 9. ПСИХОЛОГІЯ ВИХОВАННЯ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	5,9,14,1 6	Психологічне поняття виховання. Цілі виховання. Засоби виховання. Теорії виховання. Соціально-психологічні аспекти виховання. Особливості виховання в процесі занять фізичною культурою і спортом.	5 балів	Згідно розкладу
Контрольна робота	Практичні заняття Самостійна робота	1,4,17,2 1	Завдання тем 1-6 2 2	5 балів	Згідно розкладу

7. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	<p>Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контроль знань.</p> <p>Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» — 5, «добре» — 4, «задовільно» — 3, «незадовільно» — 2), отримані студентами, виставляються в академічних журналах.</p> <p>Модульний контроль проводиться (виставляється) на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни — змістового модуля.</p> <p>Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуаційні задачі, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, уміння публічно чи письмово подати певний матеріал. Форми модульного контролю та система оцінювання рівня знань та вмінь студентів визначаються кафедрою та відображаються у</p>
-----------------------------------	---

	<p>робочій навчальній програмі дисципліни. Кількість балів за кожний модуль (оцінка контролю у балах) визначаються кафедрою.</p> <p>Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену. Екзамен — форма підсумкового контролю, яка передбачає перевірку розуміння студентом теоретичного та практичного програмного матеріалу з усієї дисципліни, здатності творчо використовувати здобуті знання та вміння, формувати власне ставлення до певної проблеми тощо. Форма проведення екзамену може бути письмова, письмово-усна, у формі тестових екзаменаційних завдань. Зміст екзаменаційних завдань та критерії оцінювання встановлюються кафедрою.</p>
<p>Вимоги до письмової роботи</p>	<p>При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.</p> <p>Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтвержені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).</p>
<p>Практичні заняття</p>	<p>Відповідь студента на практичному занятті оцінюється за 4-бальною системою:</p> <p><i>5 балів</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв’язання поставлених перед ним завдань.</p> <p><i>4 бали</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.</p> <p><i>3 бали</i> – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам’ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв’язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.</p> <p><i>2 бали</i> – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.</p>

Умови допуску до підсумкового контролю	Допуск до іспиту становить мінімум 25 балів, максимум 50 балів; бал за складання іспиту (підсумковий контроль) становить максимум 50 балів.
--	---

8. Політика курсу

- Студент повинен вчасно приходити на заняття. Викладач може не допустити студента до заняття, якщо він/вона спізнився без поважної причини.
- У випадку пропуску 5 чи більше практичних занять без поважної причини, студент може бути не допущений до підсумкового контролю (екзамену), або його/її підсумкова оцінка буде знижена;
- Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю;
- Студент має брати активну участь на практичних заняттях;
- Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях;
- Студент на свій вибір має зробити переклад 5 різножанрових текстів, що виносяться на індивідуальну роботу;
- Студент може відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю;
- Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань.
- У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримає «0» балів.
- Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету;
- Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.

9. Рекомендована література

Основна:

1. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогонов. М.: Academia, 2014. – 272 с.
2. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – Питер: Лидер, 2010. – 351 с.
3. Коломейцев, Ю.А. Социальная психология спорта / Ю.А. Коломейцев. – Мн.: БГПУ, 2005. – 96 с.
4. Марищук, Л.В. Психология физической подготовки и спорта / Л.В. Марищук. – СПб.: Питер, 2005. – 118 с.
5. Психология спорта: Монография / Под ред. Ю.П. Зинченко, А.Г. Тоневицкого. – М.: МГУ, 2011. – 424 с.
6. Спортивная психология: учебник для академического бакалавриата / Под общ. ред. В.А. Родионова, А.В. Родионова, В.Г. Сивицкого. – М.: Юрайт, 2015. – 367 с.

Додаткова:

1. Веракса А.Н., Социально-психологические аспекты работы спортивного психолога и тренера с командой / А.Н. Веракса, С.В. Леонов // Социальная психология и общество. – 2011. – № 2. – С. 111-122.
2. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – 372 с.
3. Коломейцев, Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю.А. Коломейцев. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 172 с.
4. Коломейцев, Ю.А. Социальная психология спорта/ Ю.А. Коломейцев. –Мн.: БГПУ, 2005. – 126 с.
4. Коррекционная программа для снятия психоэмоционального напряжения (на основе биологической обратной связи) : практическое пособие / Под ред. А. И. Бондарь и др. – Минск: НИИ физической культуры и спорта Республики Беларусь, 2014. – 18 с.

5. Кузьменко, Г.А. Методики развития социального, эмоционального и практического интеллекта юного спортсмена в системе значимых качеств личности: учебное пособие для учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 032100 – "Физическая культура" / Г. А. Кузьменко. – Москва: Советский спорт, 2010. – 558 с.
6. Ложкин, Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учебное пособие / Г. В. Ложкин. – Київ: Освіта України, 2011 . – 483 с.
7. Марищук, Л.В. Психология спорта / Л.В. Марищук. – Мн.: Народная асвета, 2006. – 115 с.
8. Марищук, Л.В. Технология формирования волевых качеств в процессе профессионально-прикладной физической подготовке/ Л.В. Марищук, С.А. Гайдук. – Мн.: Народная асвета, 2007. – 123 с.
9. Мельник, Е.В. Психология тренера: теория и практика: метод. рекомендации / Е.В. Мельник, Е.В. Силич, Н.В. Кухтова; Мин. Образ. РБ, УО "Витебский государственный университет им. П. М. Машерова", Ин-т повышения квалификации и переподготовки кадров ВГУ им. П.М. Машерова. – Витебск: ВГУ, 2014. – 55 с.

Викладач: _____ Т.С.Мицкан