

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 З ОСНОВАМИ ВІКОВОЇ  
ПСИХОЛОГІЇ**

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 “31” 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

<b>1. Загальна інформація</b>	
<b>Назва дисципліни</b>	Психологія фізичного виховання з основами вікової психології
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський) рівень
<b>Викладач (-і)</b>	Мицкан Тетяна Степанівна
<b>Контактний телефон викладача</b>	0953331024
<b>Е-mail викладача</b>	tetiana_mytskan@pnu.edu.ua
<b>Формат дисципліни</b>	Лекційні, семінарські заняття
<b>Обсяг дисципліни</b>	3 кредити ЄКТС
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	www.d-learn.pnu.edu.ua
<b>Консультації</b>	четвер 13.30
<b>2. Анотація до курсу</b>	
<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 вікової психології, психології фізичної культури, психології спорту, а також містить матеріал для можливості застосування отриманих студентами теоретичних знань на практиці. Вивчення навчальної дисципліни «Психологія фізичної культури з основами вікової психології» 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>	
<b>3. Мета та цілі курсу</b>	
<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. А також забезпечення майбутніх педагогів теоретичними знаннями з основ вікової психології, озброєння студентів знаннями психологічних закономірностей розвитку особистості на різних етапах онтогенезу, а також здійснення практичної підготовки студентів для роботи з людьми різних вікових категорій. Сформувати у них цілісне уявлення про об'єкт, предмет, завдання, методи, структуру вікової психології; розвиток наукової компетентності особистості студента у означеній сфері.</p>	
<b>4. Компетентності</b>	
<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</p>	

навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;

ЗК-6. Здатність спілкуватися (першою) рідною мовою, правильно і логічно будувати своє усне й писемне мовлення;

ЗК-8. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;

ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК-10. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК-11. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології.

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. Організувати 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.

<b>6. Організація навчання курсу</b>					
Обсяг курсу					
Вид заняття			Загальна кількість годин		
Лекційні заняття			32		
семінарські заняття / практичні / лабораторні			48		
самостійна робота			100		
Ознаки курсу					
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)		Нормативний / вибірковий	
2	014 Середня освіта (Фізична культура)	1		Н	
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Літе- ратура	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
<b>Модуль 1. Загальні питання вікової психології</b>					
<b>Тема 1. Вікова психологія як практична галузь знань</b>			Місце вікової психології в системі психологічних знань. Зв'язок вікової психології з загальною, експериментальною, диференційною, генезисною, порівняльною, педагогічною, медичною, соціальною психологією, психологією аномального розвитку, психологією спорту, творчості, особистості, релігій, психолінгвістикою та психодіагностикою. Об'єкт вікової психології, його специфіка. Предмет вікової психології. Поняття про вік: біологічний, соціальний, психологічний. Структура і динаміка віку. Центральні та часткові психологічні новоутворення віку. Центральна і бічна лінії розвитку. Соціальна ситуація розвитку. Революційні, еволюційні та ситуативні зміни психіки. Поняття про когорту. Розділи вікової психології: дитяча психологія, підлітково-юнацька психологія, психологія дорослості, психологія людей похилого віку. Основні теоретичні проблеми та практичні завдання вікової психології. Практичне значення вікової психології.	5	Згідно розкладу
	Лекції		2		
	Практичні		2		

	заняття Самостійна робота		5		
<b>Тема 2. Історія становлення вікової психології</b>			Історичні витоки вікової психології. Роль античних мислителів у становленні генезисного підходу до психіки людини (Аристотель, Зенон, Діоген). Ідеї вікової мінливості психіки у працях чеських (Я.А.Коменський), французьких (Ж.-Ж. Руссо, К. А. Гельвецій), англійських (Дж. Локк), російських (В. М. Татіщев, О.М. Радищев), німецьких (Тідеман) та українських (І.Гізель, Г. Кониський) вчених XVII – XVIII ст. Поява перших щоденників спостережень. Зародження нової галузі – вікової психології у XIX ст. Роль біогенетичного закону Е. Геккеля, праць К. Ушинського „Людина як предмет виховання” та В. Прейера „Душа дитини” у становленні вікової психології. Педологія, її основні принципи та роль у становленні вікової психології. Завершення формування вікової психології у XX ст. Внесок В. Штерна, К. Гроса, К. Левіна, Ш. Бюлер, З. Фройда, А. Біне, А. Валлона, Ж. Піаже, Л. Кольберга, П. Блонського, Л. Виготського, Б. Ананьєва, О. Запорожця, П. Гальперіна, Д. Ельконіна, Л. Обухової, Ст. Холла, Дж. Болдуїна, А. Гезелла, А. Бандури, Е. Еріксона, Д. Левінсона, Р. Гулда у становлення вікової психології як науки. Розвиток вікової психології в Україні (І. Сікорський, М. Ланге, В. Зеньковський, С. Балей, Г. Костюк, С. Максименко).	5	Згідно розкладу
	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		2 5		

<p><b>Тема 3. Особливості психологічного обстеження осіб різного віку</b></p>	<p>Лекції Практичні заняття Самостійна робота</p>	<p>Організаційні методи вікової психології (методи поздовжніх та поперечних зрізів, комбінований метод). Труднощі у проведенні психологічних обстежень з особами різного віку та шляхи їхнього подолання. Особливості проведення спостереження за особами різного віку. Вікові обмеження у застосуванні експерименту. Специфіка опитування дітей, підлітків, юнацтва, дорослих та людей похилого віку. Аналіз процесу та продуктів діяльності людей різного віку. Тестування у віковій психології.</p> <p>2 2 4</p>	<p>5</p>	<p>Згідно розкладу</p>
<p><b>Тема 4. Онтогенез психіки людини: основні поняття</b></p>		<p>Ключові питання онтогенезу психіки людини. Умови психічного розвитку: внутрішні та зовнішні. Чинники психічного розвитку: біологічні та соціальні; нормативні вікові, нормативні історичні та ненормативні. Характер психічного розвитку: неперервний та стрибкоподібний. Природа людини як суб'єкта розвитку: людина як організм та людина як механізм. Теорії онтогенезу психіки людини. Біологічні теорії: рекапітуляції (Е. Геккель, С. Холл), дозрівання (А. Гезелл), етологічна (К. Лоренц, К. Фріш). Біхевіоральні теорії: оперантного наочіння (Б. Скіннер), соціального наочіння (Дж. Роттер), соціально-когнітивна (А. Бандура). Когнітивні теорії: генетичної епістемології (Ж. Піаже), інформаційного підходу (Дж. Брунер), культурноісторичного розвитку психіки (Л. Виготський, Д. Ельконін). Психоаналітичні теорії: психосексуальна (З. Фройд), психосоціальна (Е. Еріксон). Гуманістична теорія</p>	<p>5</p>	<p>Згідно розкладу</p>

			(А. Маслоу, К. Роджерс). Екологічна теорія (У. Бронфенбреннер). Показники когнітивної та психосоціальної сфери психічного розвитку (за Г. Крайг). Показники пізнавальної сфери, системи особистих відносин і оволодіння системою практичних та розумових дій (за Г. Люблінською). Головні тенденції та закономірності онтогенезу психіки людини. Поняття про сенситивні періоди та вікові кризи.		
	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2  4			
<b>Тема 5. Вікова періодизація життєвого шляху людини</b>			Підходи до вікової періодизації психічного розвитку людини: процесуальний і критеріальний. Періодизація на основі суттєвих особливостей процесу розвитку (Л. Виготський). Періодизація за зовнішніми критеріями (Ст. Холл, В. Штерн, Р. Заззо, П.Блонський). Періодизація за внутрішніми критеріями: одним (Ж. Піаже, З. Фройд, Е. Еріксон), двома (О. Леонт'єв, С. Рубінштейн), трьома (Л. Фрідман, І. Кулагіна). Стадії когнітивного розвитку (Ж. Піаже), психосексуального (З. Фройд), психосоціального (Е. Еріксон). Періодизація за зовнішніми та внутрішніми критеріями (Л. Хоффман та ін., Г. Крайг).	5	Згідно розкладу
	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2 2 5			
<b>Модуль 2. Психологія дитинства</b>					
<b>Тема 6. Психофізіологічний розвиток дитини у пренатальному</b>			Психофізіологічний розвиток дитини у пренатальному періоді та вплив на неї зовнішнього середовища. Досліди П. Хеппера і Рене Ван де Карра. Криза	5	Згідно розкладу



<p><b>періоді та в періоді новонародженого (0–1 місяць)</b></p>	<p>Лекції Практичні заняття Самостійна робота</p>		<p>новонародженого. Період пристосування дитини до нових умов життя. Фізичні стани новонародженого. Сон та його особливості. Поліфазність і парадоксальність сну. Періоди сну. Вроджені механізми психічного розвитку. Безумовні рефлекси новонародженого. Вроджені перцептивні механізми і програми моторного розвитку. Єдність сенсорних модальностей. Гіпотеза В. М. Аллахвердова про паралельність сенсорно-перцептивного і моторного розвитку. Розвиток чуттєвого пізнання та емоційної сфери на першому місяці життя. Соціальна посмішка. Комплекс пожвавлення як центральне психологічне новоутворення новонародженого. Довільна поведінка новонароджених і встановлення стосунків з батьками. Навчання і звикання (габітуація). Перші форми саморегуляції. Явище бондінгу.</p>		
<p><b>Тема 7. Психологія немовлят (1 місяць–2 роки)</b></p>			<p>Розвиток сенсомоторики. Зорові й слухові відчуття та сприймання. Рухова активність немовляти. Рухова та образна пам'ять. Розвиток уяви. Символічна репрезентація. Розсіяна та фіксована увага немовляти. Сенсомоторна стадія розвитку мислення. Циркулярні реакції. Розуміння постійності об'єктів. Етапи розвитку мовлення: домовленнєвий етап і етап активного мовлення. Холофрази. Ситуативне (автономне) мовлення. Тенденції розвитку мовлення. Умови раннього мовленнєвого розвитку. Етапи емоційного розвитку немовлят. Перші почуття. Емпатія. Вікові особливості емоцій. Емоційне</p>	<p>5</p>	<p>Згідно розкладу</p>

			<p>„зараження”. Страх перед незнайомими людьми і тривога відокремлення. Спілкування немовлят з дорослими. Відмінності у стилях спілкування матері і батька. Умови виникнення дитячих прихильностей. Ігри немовлят: сенсорні, моторні, паралельні. Становлення Я-концепції немовлят. Становлення фізичного Я-образу. Побудова схеми „Я – інший”. Орієнтація в соціальних очікуваннях. Статева ідентифікація. Криза першого року життя: її симптоми та шляхи подолання. Центральні психологічні новоутворення немовлячого віку.</p>		
	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2 5			
<b>Тема 8. Психологія раннього дитинства (2-6 років)</b>			<p>Моторний розвиток та засвоєння рухових навичок. Умови моторного набування. Сенсорно-перцептивна сфера дитини. Орієнтація у просторі і часі. Роль сприймання казки у психічному розвитку дитини. Доопераціональна стадія розвитку мислення. Допонятійне та інтуїтивне мислення. Анімізм та егоцентризм дитячого мислення. Символічна репрезентація. Феномени Піаже. Наочно-дійове та наочно-образне мислення. Перші свідомі узагальнення та встановлення причинно-наслідкових зв'язків. Особливості дитячих умовисновків. Мовленнєвий розвиток у ранньому дитинстві: умови та чинники. Формування звукового боку мовлення. Пасивний та активний словниковий запас дитини. Формування граматичної будови мовлення. Словотворення у ранньому дитинстві. Флексія. Причини прискореного розвитку мовлення. Білінгвізм. Пам'ять</p>	5	Згідно розкладу

			<p>дитини. Мимовільний та механічний характер пам'яті. Початок формування довільної пам'яті. Перші мнемічні способи запам'ятовування. Уява дитини. Конкретність, наочність, яскравість і емоційність дитячої уяви. Зв'язок уяви з брехливістю. Уявні друзі та їхня роль у психічному розвитку дитини. Увага дитини. Характеристика одноканальної і двоканальної уваги. Емоційно-почуттєва сфера. Дитячі афекти. Емоційне передбачення. Поява симпатії і антипатії. Дитяче самолюбство. Страхи та тривоги у ранньому дитинстві. Соціальні форми експресії емоцій та почуттів. Соціальна поведінка дітей. Дитяча агресія та її причини. Асертивна і просоціальна поведінка. Дитяча гра: її різновиди та способи. Роль гри у психічному розвитку дитини. Інтерналізація соціальних правил і норм поведінки. Моральні судження та їхня аргументація. Моральний реалізм. Засвоєння гендерних схем. Основні напрями розвитку Я-концепції. Виникнення відчуття „Я сам” та самосвідомості. Поява супідрядності мотивів. Первинна самооцінка дитини. Криза третього року життя: її симптоми та шляхи подолання. Центральні психологічні новоутворення раннього дитинства.</p>		
	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2 2 5			
<b>Тема 9. Психологія пізнього дитинства (6–12 років)</b>			Розвиток сенсорно-перцептивної сфери дитини. Довільний характер сприймання. Емоційна забарвленість та ситуативність сприймання. Довільний та осмислений характер запам'ятовування. Механічна пам'ять. Прийоми	5	Згідно розкладу

			<p>запам'ятовування матеріалу. Відтворююча та творча увага дитини. Мимовільний характер уваги. Синдром дефіциту уваги та гіперактивність. Умови підтримання стійкості уваги дитини. Доопераціональне та конкретно-операціональне мислення дитини. Формування понятійного та теоретичного мислення. Закладання основ наукового типу мислення. Виникнення рефлексії. Метапізнання. Мовленнєвий розвиток. Дислексія. Формування почуттів. Висока емоційність дитини. Емоційна нестійкість. Страхи та тривоги у пізньому дитинстві. Соціалізація емоційної сфери. Взаємини з ровесниками і соціальна компетентність. Утворення дитячих груп. Конформність. Стадії розвитку дитячої дружби та її функції. Модель Селмана. Розвиток соціального пізнання. Соціальні висновки, взаємини, приписи. Концепції морального розвитку дитини Ж. Піаже і К. Кольберга. Моральний релятивізм. Етичний абсолютизм. Розвиток Я-концепції у пізньому дитинстві. Особливості самооцінки. Характер дитини. Криза сьомого року життя: її симптоми та шляхи подолання. Центральні психологічні новоутворення пізнього дитинства.</p>		
	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2 2 4			
<b>Контрольна робота 1.</b>			Теми 3-8	5	Згідно розкладу
<b>Модуль 3. Психологія дорослішання та дорослості</b>					

<p><b>Тема 10.</b> <b>Психологія</b> <b>підлітків (12–15</b> <b>років)</b></p>		<p>Підлітковий вік у культурному та історичному контексті. Молодіжна культура та субкультура. Загальні тенденції формування особистості. Центральне психологічне новоутворення у підлітковому віці. Самосвідомість підлітків. Я-концепція та самооцінка підлітків. Зміна зовнішності. Комплекс дисморфоманії. Ідеалістичний бунт. Псевдоглупота. Підлітковий егоцентризм. Криза 13-го року життя: її симптоми та шляхи подолання. Теорія К. Левіна щодо причин підліткової кризи. Вікова сегрегація. Теорія М. Мід і Р. Бенедикт щодо двох типів переходу від дитинства до дорослості. Підліток у соціальному середовищі. Підліток у сім'ї. Причини конфліктів з батьками та шляхи їхнього вирішення. Спілкування з ровесниками. Причини сором'язливості та самотності. Особливості дружби та товаришування підлітків-хлопців і підлітків-дівчат. Підліткові компанії. Формування моральних принципів, цінностей та переконань. Рівні морального розвитку підлітків (за Л. Кольбергом). Емоційно-вольова сфера підлітків. Чинники депресивних станів. Підліткові стреси. Нестійкість емоцій. Агресивна поведінка: умови та чинники. Суперечливість вольової сфери. Роль самостимуляції. Ступінь сформованості сміливості, терплячості, енергійності, наполегливості, самостійності та цілеспрямованості. Розвиток пізнавальних процесів. Довільний характер психічних процесів. Особливості сприймання. Пам'ять у підлітковому віці. Підліткові мрії. Уявна аудиторія. Суперечливість уваги. Стадія формальних операцій розвитку</p>	<p>Згідно розкладу</p>
--	--	--	------------------------

			<p>мислення. Критичність, самостійність, логічність і абстрактність мислення.</p> <p>2 2 5</p>		
<b>Тема 11. Психологія юнацтва (15–21 рік)</b>			<p>Формування особистої ідентичності. Статуси ідентичності (за Дж. Марсія). Проблема самовизначення. Пошук сенсу життя. Інтеграція особистості. Я-концепція у юності. Криза юнацького віку: її симптоми та шляхи подолання. Центральне психологічне новоутворення у юнацькому віці. Соціальне середовище. Сімейні взаємини. Індивідуалізація і автономізація. Відчуженість від сім'ї. Соціальна адаптація. Дружба та кохання в юнацькому віці. Побачення. Ранній шлюб. Переоцінка цінностей. Етика самостійно вироблених моральних принципів. Рівні морального розвитку юнацтва (за Л. Кольбергом). Емоційно-вольова сфера. Зростання стійкості емоцій. Наполегливість і терплячість. Статеві відмінності вольових зусиль. Пізнавальна сфера. Пам'ять та уява. Роль фантазій у послабленні психологічного напруження. Розвиток дивергентного та творчого мислення.</p> <p>2 2 4</p>	5	Згідно розкладу
<b>Тема 12. Психологія ранньої дорослості (21–40 років)</b>			<p>Закономірності психічного розвитку в дорослому віці. Теорія двофазного розвитку психічних функцій Б. Г. Ананьєва. Психологічні проблеми ранньої дорослості. Досягнення особистої ідентичності. Проблема генеративності. Суперечність між</p>	5	Згідно розкладу

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	інтимністю та ізоляцією. Трикомпонентна теорія кохання Р. Стернберга. Основні соціальні завдання ранньої дорослості. Створення сім'ї та засвоєння батьківських ролей. Стосунки з дітьми. Професійна кар'єра. Суперечність між роллю матері, дружини і суб'єкта трудової діяльності. Теорія трансформації психології дорослої людини Р. Гулда. Стадії когнітивного розвитку у дорослості (за У. Шейо). Вікові особливості сенсорно-перцептивної сфери. Вікові коливання пам'яті та уваги. Формування діалектичного мислення. Особливості інтелекту.	2 4	
<b>Тема 13. Психологія середньої дорослості (40–60 років)</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	Головні соціальні завдання у середній дорослості. Досягнення зрілої громадської та соціальної відповідальності. Переоцінка життєвих цінностей. Зміна соціальних ролей. Криза середини життя. Моделі кризи: нормативна модель (Левінсон, Гоулд), модель переходу (Клаузен, Трол). Погляди Р. Пека на психосоціальний розвиток у середній дорослості. Когнітивні функції середини життя. Вікові особливості сенсорноперцептивної сфери, пам'яті та уваги. Інтелектуальні зміни: мінливий і кристалізований інтелект. Емоційна сфера у середній дорослості.	2 4	5 Згідно розкладу

<b>Тема 14.</b> <b>Психологія</b> <b>пізньої дорослості</b> <b>(понад 60 років)</b>	           Лекції Практичні заняття Самостійна робота	             2  4	Причини старіння. Теорії старіння. Соціально-психологічні зміни в похилому віці. Вихід на пенсію та зміна статусу. Коло спілкування. Стосунки з дітьми та онуками. Життєва мудрість. Когнітивний розвиток у похилому віці. Особливості сенсорноперцептивної сфери, пам'яті та уваги. Роль читання у житті людей похилого віку. Згасання інтелекту. Деменція. Хвороба Альцгеймера. Емоційно-вольові зміни. Депресія та тривоги. Пристосування до важких втрат. Думки про смерть та страх смерті. Стадії погодження з думкою про смерть.	5	Згідно розкладу
<b>ТЕМА 15.</b> <b>Предмет</b> <b>психології</b> <b>фізичної</b> <b>культури</b>	           Лекції Практичні заняття Самостійна робота	1, 2, 19, 20             2  2  4	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
<b>ТЕМА 16.</b> <b>Мотивація занять</b> <b>фізичною</b> <b>культурою і</b> <b>спортом.</b>	           	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	5 балів	Згідно розкладу



	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		діяльності. Мотивація занять на різних етапах спортивної кар'єри. Причини відмови від занять ФКіС і способи підвищення «вірності» фізичної активності. Статеві відмінності в спортивній мотивації.		
<b>ТЕМА 17. Психологія особистості вчителя фізичної культури і тренера</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	4,7,15, 21	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
<b>ТЕМА 18. Психологія особистості, що займається фізичною культурою і спортом</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	3,8,12, 19	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

<b>ТЕМА 19.</b> <b>Психологія</b> <b>спортивної групи</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	2,9, 14,17	Психологічна характеристика групи, що займається фізичною культурою і спортом. Психологічна структура спортивної групи. Поняття спортивної команди. Керівництво та лідерство в спорті. <b>Основні поняття:</b> спортивна і фізкультурна група, керівництво і лідерство в групі, формальна і неформальна структура групи, спортивна команда.	5 балів	Згідно розкладу
<b>ТЕМА 20.</b> <b>Спілкування і міжособистісні взаємини у спортивній діяльності</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	5,10,13 ,19	Психологічні основи спілкування в спорті. 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.	5 балів	Згідно розкладу
<b>ТЕМА 21.</b> <b>Психологія конфліктів в навчально-тренувальній і спортивній діяльності</b>			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.	5 балів	Згідно розкладу

	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		2 2 4		
<b>ТЕМА 22. Психологічні питання навчання на уроках фізичної культури та у процесі спортивно-го тренування</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота		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. <b>Основні поняття:</b> психомоторики, формування рухових навичок, крива вправ в руховому навичку, стійкість і переробка навичок.	5 балів	Згідно розкладу
<b>ТЕМА 23. Психологія виховання у процесі занять фізичною культурою і спортом</b>	Лекції Практичні заняття Самостійна робота	5,9,14, 16	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
<b>Контрольна робота</b>		1,4, 17,21	Завдання тем 15-18	5 балів	Згідно розкладу
<b>7. Система оцінювання курсу</b>					
Загальна система оцінювання курсу		Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контролю знань. 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			

	<p>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 ситуативні 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 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>
Вимоги до письмової роботи	<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 підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).</p>
Практичні заняття	<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,</p>

	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. 2 бали – 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.
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. Безпалько В.В., Коган О.В. Освітні технології профілактики адитивної поведінки учнівської молоді //Педагогіка і психологія. – 2004. – № 3 (44). – С. 62 – 69.
2. Боришевський М.Й. Духовні цінності як детермінанта розвитку й саморозвитку особистості //Педагогіка і психологія. – 2008. – № 2 (59). – С. 49 – 57.
3. Зальвовський В.М. Про зловживання наркотиками //Педагогіка і психологія. – 2003. – № 1 (XXXVIII). – С. 57 – 61.
4. Нагорна А.М., Безпалько В.В. Профілактика наркоманії серед підлітків. Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002.
5. Оржеховська В.М. Профілактика правопорушень серед неповнолітніх. – К.: «Віан», 1996.
6. Пархоменко О.М. Виховання гуманістично спрямованої особистості підлітка в позаурочний час //Педагогіка і психологія. – 2004. – № 2 (43). – С. 86 – 97.
7. Подростковый и юношеский возраст (от 11 до 19 лет) //Психология человека от рождения до смерти /Под общ. ред. А.А.Реан. – Спб.: Прайм – Еврознак, 2002.
8. Порсева Х.О. Психічні особливості ціннісних орієнтацій людей поважного віку //Педагогіка і

психологія. – 2003. – № 3-4 (39-40). – С. 131 – 140.

9. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія. – Дрогобич: Відродження. – 2001.

10. Синельников В.М. Самовиховання як діяльність і його психологічні особливості //Педагогіка і психологія. – 2005. – № 3 (48). – С. 34 – 40. 1

1. Холостова Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми: Учеб. пособи е. – М.: Данилов и КО, 2002.

12. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии /Под ред. И. И. Ильцова, В Я. Ляудис. – М.: Просвещение, 1981.

#### Допоміжні джерела

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учебник для студ. вузов / Г. С. Абрамова. - Екатеринбург: Деловая книга, 1999.

2. Баженов В.Г. Воспитание педагогически запущенных подростков. – К., 1986.–90с.

3. Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток. – М., 1991. – С. 27-48.

4. Берн Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р.Берн. - М., 1986.

5. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1968.–464с

6. Возрастная и педагогическая психология / под ред. М. В. Мухиной. - М.:Просвещение,1984.

7. Гамезо М. В. Возрастная психология: личность от молодости к старости: уч. пособие / [М. В. Гамезо, В. С . Герасимова и др.]. - М.: Педагогическое общество России, Изд. дом "Ноосфера", 1999.

8. Заброцький М.М. Вікова психологія – К., 1998.

9. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб.: Питер, 2002. – 544с. 10. Кле М. Психология подростка. – М., 1991. – С. 109-132.

11. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.

12. Практикум по возрастной и педагогической психологии /Под ред. А.И.Щербакова. – М., 1987.

13. Психология подростка: Учебник/Под ред. Чл.-кор.РАО А.А.Реана. - СПб.: "Прайм-Евро-ЗНАК", 2003. - 480 с.

14. Психология человека от рождения до смерти. /под. ред. Реана А.А. – СПб.:Прайм-Еврознак,2002.

15. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Питер,2000.–624с.

16. Эльконин Д.Б. Детская психология (развитие ребёнка от рождения до семи лет). – М., 1990.

#### Інтернет-ресурси Бібліотека

1. <http://vsetesti.ru/>

2. <http://www.voppsy.ru/>

3. <http://www.psychology.ru/>

4. <http://psychology.vuzlib.net/>

5. <http://www.psyche.ru/>

6. [www.flogiston.ru/libraru](http://www.flogiston.ru/libraru)

7.<http://azps.ru> 8.[www.philosophy.ru/](http://www.philosophy.ru/).

9.[www.psychologia](http://www.psychologia)

Викладач: \_\_\_\_\_ Т.С.Мицкан