

Анотація навчальної дисципліни «Психологія спорту»

Дисципліна «Психологія спорту» є однією із фахових дисциплін і займає провідне місце у підготовці фахівців освітнього рівня «Бакалавр» за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт». Вивчення студентами дисципліни «Психологія спорту» сприяє глибокому і осмисленому уявленню про здоров'я людини, її фізичні можливості, резерви організму і психіки.

Метою даного курсу є створення умов для засвоєння студентами науково-методологічних та прикладних проблем галузі, психологічної характеристики спортивної діяльності, засобів психологічного супроводження спортсменів.

Навчальна дисципліна «Психологія спорту» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Сучасні інформаційні технології у фізичній культурі і спорті», «Педагогіка спорту», «Професійна майстерність тренера», «Теорія і методика фізичного виховання».

1. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни

- Відповідно до освітньо-професійних програм та навчальних планів, які функціонують на факультеті фізичної культури зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього ступеня «Бакалавр» передбачено вивчення навчальної дисципліни «Психологія спорту». Нижче наведені перелік компетентностей (загальних, фахових) з підготовки здобувачів вищої освіти.

Загальні компетентності:

- Здатність працювати в команді.
- Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
- Здатність бути критичним і самокритичним.
- Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

- Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.

Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються спортом.

Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

Застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

Підвищувати професійний рівень і кваліфікацію; забезпечувати високий науково-теоретичний, практичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності.

1. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами

Змістовий модуль 1. *Психологія спорту*

Тема 1. Предмет, завдання і методи психології спорту.

Тема 2. Емоційна сфера спортсменів і її прояв у спортивній діяльності.

Тема 3. Особливості професійної діяльності психолога в спорті.

Тема 4. Психологія спортивного колективу. Психологічний клімат спортивної команди.

Тема 5. Передзмагальна та передстартова підготовка спортсменів.

Тема 6. Психологічні особливості тренерської діяльності. Психологія діяльності спортивних суддів.

Тема 7. Вольова сфера спортсменів і її прояв у спортивній діяльності.

Тема 8. Вболівання – як соціально-психологічне явище.

Тема 9. Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту.

Тема 10. Типи тренерів-керівників у спортивній діяльності. Стиль керівництва тренера.

4.Обсяг вивчення навчальної дисципліни:

- кількість кредитів ЄКТС – 4;
- кількість годин – 120;
- кількість аудиторних годин – 20 годин лекції;
20 годин практичні заняття.

5. Форма семестрового контролю – залік.

6. Інформація про науково-педагогічних працівників, які забезпечують викладання дисципліни:

Козак Євген Павлович кандидат педагогічних наук, доцент.

7. Перелік основної літератури:

1. Організаційно-методичні основи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: монографія. Мудрік В. І., Леонов О. З., Мудрік І. В., Ільченко А. І., Козак Є. П. // За ред. В. І. Мудріка. Київ: педагогічна думка, 2010. 192 с.
2. Бандурка А. М., Бочарова С. П., Землянская Є.В. Психологія управління. Харків: ООО Фортуна-прес, 1998. 464 с.
3. Вейнберг Р. С. Психологія спорту. Київ: Олімпійська література, 2001. 335 с.
4. Волкова В. І. Психологія спорту: навч. посібник. Київ: Олімпійська література, 2007. 298 с.
5. Загайнов Р. М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена. Москва: Советский спорт, 2005. 106 с.
6. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
7. Ильин Е. П. Психология физического воспитания: 2-е изд., испр. и доп. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. 486 с.
8. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов. СПб.:Питер,2003. 384 с.

9. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини [за ред. І. Я. Коцана]. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. 352 с.
10. Ложкин Г. В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учеб. пособ. Київ: Освіта України, 2011. 484 с.
11. Плахтій П. Д., Козак Є. П. Функціональні ефекти адаптації у фізичному вихованні і спорті. Навчальний посібник. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2019. 248 с.
12. Практикум по спортивной психологии / Под ред. И. П. Волкова.- СПб.: Питер, 2002. 288 с.
13. Сергієнко Л. П. Практикум з психології спорту: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Харків: «ОВС», 2008. 256 с.
14. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. И. П. Волков. СПб.:Питер,2002. 384 с.