

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету здоров'я,
психології, фізичної культури
та спорту

Свген ПАВЛЮК
2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Психологія фізичного виховання і спорту

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність 014 Середня освіта
Рівень вищої освіти Перший бакалаврський
Освітньо-професійна програма Середня освіта (фізична культура)
Обсяг дисципліни 4 кредита ЄКТС
Мова навчання українська
Статус дисципліни: Дисципліна загальної підготовки
Факультет: Здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра – Теорії і методики фізичного виховання і спорту

Форма здобуття освіти	Курс	Семестр	Загальний обсяг		Кількість годин						Курсовий проєкт	Курсова робота	Форма семестрового контролю		
			Кредити ЄКТС	Години	Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семінарські заняття	Самостійна робота, у т.ч. ІРС			Залік	Іспит	
															Аудиторні заняття
Д	4	7	5	150	50	32			18		100				+
З	4	7	5	150	12	6			6		138				+

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми «Середня освіта (фізична культура)»

Робоча програма складена  Підпис(и) автора(ів) **канд. пед. наук, доц. Тетяна ЧОПИК**
Науковий ступінь, учене звання, Ім'я, ПРІЗВИЩЕ автора(ів)

Схвалена на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту
Протокол від 29 серпня 2025 № 1. Зав. кафедри  Підпис **Олександр СОЛТИК**
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Робоча програма розглянута та схвалена вченою радою факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Голова вченої ради факультету  Підпис **Свген ПАВЛЮК**
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Хмельницький 2025

ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ
(Підпис гаранга ОП, за якою закріплений
обов'язковий освітній компонент)

Посада	Назва кафедри	Підпис	Ім'я, ПРІЗВИЩЕ
Гарант ОП	Теорії і методики фізичного виховання і спорту		Анатолій РЕБРИНА

3. Пояснювальна записка

Дисципліна «Психологія фізичного виховання і спорту» займає провідне місце у підготовці здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014 «Середня освіта». Вивчення здобувачами освіти дисципліни сприяє глибокому і осмисленому уявленню про здоров'я людини, її фізичні можливості, резерви організму і психіки.

Пререквізити – Громадянське суспільство, Теорія і методика фізичного виховання, Педагогіка.

Кореквізити – Основи менеджменту, маркетингу та адміністрування (за професійним спрямуванням), Педагогічна практика у закладах загальної середньої освіти Відповідно до Стандарту вищої освіти із зазначеної спеціальності та освітньої програми дисципліна має забезпечити:

Компетентності: Здатність діяти етично, соціально відповідально та свідомо. Здатність працювати в команді та автономно. Здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології. Здатність до самовдосконалення та саморозвитку. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.

Програмні результати навчання: Знає та вмє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини. Усвідомлює витoki і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медикобіологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини. Знає біологічні, соціальні, психологічні та інші чинники збереження здоров'я.

Метою даного курсу є створення умов для засвоєння студентами науково-методологічних та прикладних проблем галузі, психологічної характеристики навчальної діяльності, що сприяє глибокому і осмисленому уявленню про здоров'я людини, її фізичні можливості, резерви організму і психіки.

Предмет дисципліни. Зміст основних наукових теорій, концепцій, положень, психічних особливостей особистості учнів.

Завданням даного курсу є формування спеціальних знань, що визначають психологічний супровід навчальної діяльності та умінь, необхідних для практичної реалізації професійної діяльності у сфері фізичного виховання і спорту. Навчитися працювати в команді.

Результати навчання. Після вивчення дисципліни студент має: досконало володіти професійною термінологією та основними поняттями; знати методiku психологічного забезпечення фізкультурно-спортивних занять з різними групами населення; застосовувати методи організації психорегуляції і психогігієни у фізичному вихованні і спорті; застосовувати теоретичні знання на практиці; використовувати відповідні види психорегуляції для профілактики захворювань, зміцнення здоров'я та підвищення розумової і фізичної працездатності; використовувати засоби фізичної культури і спорту та психогігієни з метою покращення здоров'я та рухової підготовленості, як складових ефективної професійної діяльності.

4 Структура залікових кредитів дисципліни

Назва розділу (теми)	Кількість годин, відведених на:					
	Денна форма			Заочна форма		
	Л	ПР	СРС	Л	ПР	СРС
Тема 1 – Вступ у психологію фізичного виховання.	2			2	2	20
Тема 2 – Психологічні основи навчання на уроках фізичної культури.	2	2	10			
Тема 3 - Особливості розумової діяльності. Особливості прояву пам'яті.	2					
Тема 4 –Психологія особистості вчителя фізичної культури. Підготовка до поточного контролю ПК1.	2	2	10			
Тема 5 - Стиль професійної діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет у професійній діяльності вчителя фізичної культури.	2		10			
Тема 6 – Психологія школяра у навчальній діяльності з фізичної культури.	2	2		2	2	30
Тема 7 - Типові особливості особистості школярів.	2		10			
Тема 8 – Методи психолого-педагогічного вивчення особистості школяра.	2					
Тема 9 – Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту.	2	2	10			30
Тема 10 - Іміджмейкінг фахівців фізичної культури та спорту.	2			2		28
Тема 11 – Вболівання – як соціально-психологічне явище. Підготовка до практичної роботи.	2	2	10			
Тема 12 - Основи психології фізичного виховання і спорту. Мета та завдання.	2					
Тема 13 – Історія психології спорту. Діяльність сучасного психолога в спортивній діяльності. Методи психологічного дослідження.	2	2	10			
Тема 14 – Психолого-педагогічне забезпечення підготовки школярів до змагань.	2	2			2	30
Тема 15 – Функції вчителя фізичної культури як керівника.	2		10			
Тема 16 - Типи керівників у спортивній діяльності. Стиль керівництва	2	4	20			
Разом за І семестр	32	18	100	6	6	138

5 Програма навчальної дисципліни

5.1 Зміст лекційного курсу

№	Перелік тем лекцій, їх анотацій	Кількість годин
1	<i>Тема 1.</i> Вступ у психологію фізичного виховання Предмет і педагогічна спрямованість психології фізичного виховання та психології спорту. Завдання психології фізичного виховання. Особливості діяльності у фізичному вихованні. Функції суб'єкта фізкультурно-спортивної діяльності. [1,с.5-12], [2, с. 5-10].	2
2	<i>Тема 2.</i> Психологічні основи навчання на уроках фізичної культури. Увага школярів у фізкультурно-спортивній діяльності. Виявлення сприйняття у процесі занять фізичними вправами..[2, с. 4-15], [4, с. 2-16].	2
3	<i>Тема 3</i> Особливості розумової діяльності. Особливості прояву пам'яті. Уявлення, як процес створення нових образів, предметів і явищ 2, с. 4-15], [4, с. 2-16].	2
4	<i>Тема 4.</i> Психологія особистості вчителя фізичної культури. Діяльність вчителя фізичної культури. Психологічні здібності та вміння вчителя фізичної культури. [3, с. 11-16], [1, с. 13-18].	2
5	<i>Тема 5</i> Психологія школяра у навчальній діяльності з фізичної культури. Учень – суб'єкт навчальної діяльності. Мотиваційна сфера та самосвідомість школяра. Емоційна та вольова сфери школяра. Методи психолого-педагогічного вивчення особистості школяра. [4, с. 3-15], [2, с. 15-21].	2
5	<i>Тема 5.</i> Стиль професійної діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет у професійній діяльності вчителя фізичної культури. [3, с. 38-60], [1, с. 33-58].	2
6	<i>Тема 6.</i> Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту. Поняття професійно-педагогічного іміджу фахівця. Імідж та флеш-імідж фахівця фізичного виховання та спорту. Іміджмейкінг фахівців фізичної культури та спорту. Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту. [3, с. 35-42], [2, с. 48-53].	2
6	<i>Тема 6</i> Вболівання – як соціально-психологічне явище. Вболівання та його мотиви. Дія вболівальників на ефективність діяльності спортсменів. Фанатський рух у світі..[4, с. 46-58], [1, с. 56-78].	2
7	<i>Тема 7</i> Типові особливості особистості школярів. [4, с. 3-15], [2, с. 15-21].	2
8	<i>Тема 8.</i> Методи психолого-педагогічного вивчення особистості школяра. [4, с. 3-15], [2, с. 15-21].	2
9	<i>Тема 9.</i> Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту.	2
10	<i>Тема</i> Іміджмейкінг фахівців фізичної культури та спорту..[5, с. 16-24], [8, с. 32-46].	2
11	<i>Тема 11.</i> Вболівання – як соціально-психологічне явище..[3, с. 45-58], [4, с. 38-46].	4
12	<i>Тема 12</i> Основи психології фізичного виховання і спорту. Мета та завдання.. 3, с. 34-56], [1, с. 64-87].	2
13	<i>Тема 13</i> Історія психології спорту. Діяльність сучасного психолога в спортивній діяльності. Методи психологічного дослідження...[4, с. 47-77], [2, с. 61-76].	2
14	<i>Тема 14.</i> Психолого-педагогічне забезпечення підготовки школярів до змагань. 4, с. 87-97], [2, с. 61-76].	2

15	Тема 15. Функції вчителя фізичної культури як керівника. 3, с. 37-77], [2, с. 21-76].	2
16	Тема 16. Типи керівників у спортивній діяльності. Стиль керівництва4, с. 57-87], [2, с. 31-76].	2
Разом за 7 семестр		32

Перелік оглядових лекцій для студентів заочної форми здобуття освіти

Номер лекції	Тема лекції	Кількість годин
Сьомий семестр		
1	Вступ у психологію фізичного виховання Предмет і педагогічна спрямованість психології фізичного виховання та психології спорту. Завдання психології фізичного виховання. Особливості діяльності у фізичному вихованні. Функції суб'єкта фізкультурно-спортивної діяльності. [1,с.5-12], [2, с. 5-10].	2
2	Психологічні основи навчання на уроках фізичної культури. Увага школярів у фізкультурно-спортивній діяльності. Виявлення сприйняття у процесі занять фізичними вправами. Особливості розумової діяльності. Особливості прояву пам'яті. Уявлення, як процес створення нових образів, предметів і явищ.[2, с. 4-15], [4, с. 2-16].	2
3	Психологія особистості вчителя фізичної культури. Діяльність вчителя фізичної культури. Психологічні здібності та вміння вчителя фізичної культури. Стиль професійної діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет у професійній діяльності вчителя фізичної культури. Психологія школяра у навчальній діяльності з фізичної культури. Учень – суб'єкт навчальної діяльності. Мотиваційна сфера та самосвідомість школяра. Емоційна та волева сфери школяра. Типові особливості особистості школярів. Методи психолого-педагогічного вивчення особистості школяра. [4, с. 3-15], [2, с. 15-21][1] с. 65-80; [2] с. 58-63; [3] с. 26-44	2
Разом :		6

5.2 Зміст практичних занять

Перелік практичних занять для студентів денної форми здобуття освіти

Номер теми	Теми практичних занять	Кількість годин
1	Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми. 1. Питання для обговорення: - Предмет і педагогічна спрямованість курсу «Психологія фізичного виховання і спорту». Відмінні та загальні риси психології фізичного виховання і психології спорту. Загальні ті специфічні завдання психології фізичного виховання і спорту. Мета, мотиви, дії, оздоровлення, педагогічна діяльність у фізичному вихованні і спорті. Характеристика функції суб'єкта фізкультурно-спортивної діяльності. 2. Метод незакінчених речень. 3.Оволодіти методиками психодіагностики стану здоров'я особистості. Орієнтовна оцінка здорової поведінки.	2

	4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.	
2	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p> <p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Увага юних спортсменів у фізкультурно-спортивній діяльності. 2. Виявлення сприйняття у процесі занять фізичними вправами. 3. Особливості розумової діяльності. 4. Особливості прояву пам'яті. 5. Уявлення, як процес створення нових образів, предметів і явищ <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Ознайомитися з методиками Орієнтованої оцінки емоційного благополуччя. Аутоаналітичний опитувальник здорової особистості.</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.</p>	2
3	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p> <p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Діяльність тренера. 2. Психологічні здібності та вміння тренера. 3. Стил ь професійної діяльності тренера. 4. Авторитет у професійній діяльності фахівців галузі фізичної культури та спорту. <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Ознайомитися з дослідженням особистості біографічним методом</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.</p>	2
4	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p> <p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Спортсмен – суб'єкт діяльності. 2. Мотиваційна сфера та самосвідомість юного спортсмена. 3. Емоційна та вольова сфери юного спортсмена. 4. Типові особливості особистості юних спортсменів. 5. Методи психолого-педагогічного вивчення особистості спортсменів. <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Оволодіти методикою дослідження впевненості на усвідомлювальному рівні. Психодіагностика самотності. Проективний метод психодіагностики</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою. самотності. Проективний метод психодіагностики ВКЗ. Підготовка до ПК 1.</p>	2
5	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p> <p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Поняття професійно-педагогічного іміджу фахівця. 2. Імідж та флеш-імідж фахівця фізичного виховання та спорту. 3. Іміджмейкінг фахівців фізичної культури та спорту. 4. Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту. <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Оволодіти методикою дослідження локусу контролю (ЛК) (Дж. Роттера). Тест-опитувальник особистісної зрілості. Тест на професійний стрес.</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.</p>	2
6	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p>	2

	<p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Діяльність сучасного психолога в спорті. 2. Методи психологічного дослідження в спорті. 3. Сутність спортивної форми. 4. Методи загальної і спеціальної психологічної підготовки до змагань. 5. Передстартова підготовка спортсмена та її методи регулювання. <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Оволодіти методикою дослідження діагностики смислових життєвих орієнтацій.</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.</p>	
7	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p> <p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика діяльності суддів їх місце в системі змагань. 2. Спортивне суддівство. 3. Нервово-емоційне напруження та психологічні особливості суддів. 4. Різні стилі спортивного суддівства. <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Оволодіти методикою діагностики ступеня задоволеності основних потреб.</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.</p>	2
8	<p>Опрацювання лекційного матеріалу. Огляд фахової літератури до теми.</p> <p>1. Питання для обговорення: -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тренер як керівник команди. 2. Особистість тренера, якості які визначають успішність його діяльності. 3. Типи тренерів-керівників. 4. Стили керівництва тренера у спортивній діяльності. <p>2. Метод незакінчених речень.</p> <p>3. Оволодіти методикою психодіагностики самотності</p> <p>4. Тестові завдання для узагальнення набутих знань за темою.</p>	4
<i>Разом за семестр</i>		18

Перелік практичних робіт для студентів заочної форми здобуття освіти

№ п/п	Тема практичного заняття	Кількість годин
<i>Сьомий семестр</i>		
1	Психодіагностика стану здоров'я особистості. Орієнтовна оцінка здорової поведінки. Орієнтована оцінка емоційного благополуччя. Аутоаналітичний опитувальник здорової особистості. Психодіагностика стану здоров'я особистості. Дослідження особистості біографічним методом. [6] с. 3-18[1] с. 52-63; [2] с. 42-55; [3] с. 24-26; [4] с. 68-70 [6] с. 19-25	2
2	Методика дослідження впевненості на усвідомлювальному рівні. Психодіагностика самотності. Проективний метод психодіагностики ВКЗ. Методика дослідження локусу контролю (ЛК) (Дж. Роттера). Тест-опитувальник особистісної зрілості. Тест	2

	на професійний стрес. Літ.: [1] с. 52-63; [2] с. 42-55; [3] с. 24-26; [4] с. 68-70 [6] с. 19-25	
3	Діагностика смислових життєвих орієнтацій. Психодіагностика стану здоров'я особистості. Методика діагностики ступеня задоволеності основних потреб. Методика дослідження впевненості на усвідомлювальному рівні. Психодіагностика самотності. .: [1] с. 52-63; [2] с. 42-55; [3] с. 24-26; [4] с. 68-70 [6] с. 19-25	2
Разом:		6

5.3 Зміст самостійної (у т.ч. індивідуальної) роботи

Самостійна робота студентів усіх форм здобуття освіти полягає у систематичному опрацюванні програмного матеріалу з відповідних джерел інформації, підготовці до практичних занять, виконанні індивідуальних завдань, тестування з теоретичного матеріалу тощо. Студенти заочної форми здобуття освіти виконують ще й контрольну роботу. Вимоги до її виконання та варіанти визначаються методичними рекомендаціями до виконання контрольних робіт, які кожний здобувач вищої освіти отримує у викладача у період настановної сесії. Крім цього до послуг студентів сторінка навчальної дисципліни у Модульному середовищі для навчання, де розміщені Робоча програма дисципліни та необхідні документи з її навчально-методичного забезпечення.

№ теми	Зміст самостійної роботи	Кількість годин
1.	Опрацювання лекційного матеріалу. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекціях. Становлення і розвиток психології фізичного виховання.	10
2.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. Психологічна діяльність у фізичному вихованні. Підготовка до поточного контролю ПК1.	10
3.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. Мотиви у фізичному вихованні студентів.	10
4.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи. Оздоровлення – процес розвитку психічних і фізичних можливостей людини.	10
5.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи – психодіагностика стану здоров'я. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. «Усвідомлення себе і свого місця у світі». Підготовка до ТК 1.	10
6.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи – психодіагностика стану здоров'я. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. «Етико-психологічні принципи роботи в сучасній індустрії». ТК 1.	10
7.	Опрацювання лекційного матеріалу. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. «Здоровий спосіб життя». Підготовка до поточного контролю ПК2.	10
8.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. «Сила звички». Підготовка до ТК 2.	10

9.	Опрацювання лекційного матеріалу. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекціях. «Стрес, та його вплив на спортсменів». ТК 2.	20
<i>Разом за семестр</i>		<i>100</i>

На самостійне опрацювання студентів виносяться визначені у методичних рекомендаціях до практичних занять та самостійної роботи питання з кожної теми. Керівництво самостійною роботою та контроль за виконанням індивідуального завдання здійснюється викладачем згідно з розкладом консультацій у позаурочний час.

Вимоги до виконання контрольної роботи (для студентів заочної форми здобуття освіти) та індивідуального домашнього завдання (для студентів денної форми здобуття освіти) викладені в Модульному середовищі для навчання на сторінці навчальної дисципліни.

6 Технології та методи навчання

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій, зокрема: лекції (з використанням методів проблемного навчання і візуалізації); практичні заняття (бесіда, демонстрування, спостереження, з використанням кейсів, розв'язування задач, презентацій), самостійна робота (індивідуальне домашнє завдання, опрацювання теоретичного матеріалу).

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій та методів навчання, зокрема: методи навчання за джерелом передачі і сприймання інформації (словесні (пояснення, дискусія, консультування), практичні (інструктування, розв'язування ситуаційних задач), наочні (демонстрування, ілюстрування, спостереження); за логікою передачі і сприймання навчальної інформації; за рівнем самостійності пізнавальної діяльності (методи проблемного викладу, частково пошукові, дослідницькі); методи стимулювання і мотивації учіння, інтерактивні; метод аналізу конкретних ситуацій (case-study) з використанням технологій візуалізації, інформаційно-комунікаційних та технології дистанційного навчання (сервіс для проведення онлайн конференцій Zoom, Модульне середовище для навчання тощо).

7 Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час практичних занять, а також у дні проведення контрольних заходів, встановлених робочою програмою і графіком освітнього процесу.

При цьому використовуються такі методи поточного контролю:

- усне опитування;
- тестовий контроль теоретичного матеріалу;
- оцінювання результатів роботи на практичних заняттях (розв'язування задач, участь у обговоренні ситуацій, самостійні роботи);
- оцінювання результатів виконання індивідуального домашнього завдання.

При виведенні підсумкової семестрової оцінки враховуються результати як поточного контролю, так і підсумкового контролю, який проводиться з усього матеріалу дисципліни за білетами, попередньо розробленими і затвердженими на засіданні кафедри. Здобувач вищої освіти, який набрав з будь-якого виду навчальної роботи, суму балів нижчу за 60 відсотків від максимального балу, не допускається до семестрового контролю, поки не виконає обсяг роботи, передбачений Робочою програмою. Здобувач вищої освіти, який набрав позитивний середньозважений бал (60 відсотків і більше від максимального балу) з усіх видів поточного контролю і не склав іспит, вважається таким, який має академічну заборгованість. Ліквідація академічної заборгованості із семестрового контролю здійснюється у період екзаменаційної сесії або за графіком, встановленим деканатом відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ».

8 Політика дисципліни

Політика навчальної дисципліни загалом визначається системою вимог до здобувача вищої освіти, що передбачені чинними положеннями Університету про організацію і навчально-методичне забезпечення освітнього процесу. Зокрема, проходження інструктажу з техніки безпеки; відвідування занять з дисципліни є обов'язковим. За об'єктивних причин (підтверджених документально) теоретичне навчання за погодженням із лектором може відбуватись в індивідуальному режимі. Успішне опанування дисципліни і формування фахових компетентностей і програмних результатів навчання передбачає необхідність підготовки до практичних занять (вивчення теоретичного матеріалу з теми, активно працювати на занятті, розв'язувати задачі, брати участь у дискусіях щодо прийнятих рішень при виконанні здобувачами задач).

Здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт у встановлені терміни, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни. Пропущене практичне заняття здобувач зобов'язаний відпрацювати у встановлений викладачем термін, але не пізніше, ніж за два тижні до кінця теоретичних занять у семестрі.

Засвоєння студентом теоретичного матеріалу з дисципліни оцінюється за результатами опитування під час практичних занять, тестування й виконання індивідуального домашнього завдання. Виконання індивідуального завдання завершується його здачею на перевірку у терміни, встановлені графіком самостійної роботи. У якості ІДЗ здобувач може підготувати реферат або тези доповіді на конференцію за однією з тем навчальної дисципліни при дотриманні узгоджених з викладачем термінів його виконання.

Здобувач вищої освіти, виконуючи самостійну роботу з дисципліни, має дотримуватися політики доброчесності (заборонені списування, підказки, плагіат, використання штучного інтелекту (без вірного цитування)). У разі порушення політики академічної доброчесності в будь-яких видах навчальної роботи здобувач вищої освіти отримує незадовільну оцінку і має повторно виконати завдання з відповідної теми (виду роботи), що передбачені робочою програмою. Будь-які форми порушення академічної доброчесності під час вивчення навчальної дисципліни не допускаються та не толеруються.

У межах вивчення навчальної дисципліни здобувачам вищої освіти передбачено визнання і зарахування результатів навчання, набутих шляхом неформальної освіти, які сприяють формування компетентностей і поглибленню результатів навчання, визначених робочою програмою дисципліни, або забезпечують вивчення відповідної теми та/або виду робіт з програми навчальної дисципліни (детальніше у Положенні про порядок визнання та зарахування результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ).

9 Оцінювання результатів навчання студентів у семестрі

Оцінювання академічних досягнень здобувача вищої освіти здійснюється відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ». При поточному оцінюванні виконаної здобувачем роботи з кожної структурної одиниці і отриманих ним результатів викладач виставляє йому певну кількість балів із призначених робочою програмою для цього виду роботи. При цьому кожна структурна одиниця (робота) може бути зарахована, якщо здобувач набрав не менше 60 відсотків (мінімальний рівень для позитивної оцінки) від максимально можливої суми балів, призначеної структурній одиниці.

Будь-які форми порушення академічної доброчесності не допускаються та не толеруються.

Отриманий здобувачем бал за зарахований вид навчальної роботи (структурну одиницю) після її оцінювання викладач виставляє в електронному журналі обліку успішності здобувачів вищої освіти. За умови виконання усіх видів навчальної роботи за результатами поточного контролю протягом вивчення навчальної дисципліни, встановлених її Робочою програмою, здобувач денної форми здобуття освіти з навчальної дисципліни, підсумковим контролем для якої є іспит, може набрати до 60 балів (здобувач

заочної форми – до 50 балів). Позитивну підсумкову оцінку здобувач може отримати, якщо за результатами поточного та підсумкового контролів набере від 60 до 100 балів. Семестрова підсумкова оцінка розраховується в автоматизованому режимі в інформаційній підсистемі «Електронний журнал» (ІС «Електронний університет») і відповідно до накопиченої суми балів визначається оцінка за інституційною шкалою та шкалою ЄКТС (див. таблицю Співвідношення...), яка заноситься в екзаменаційну відомість, а також до Індивідуального навчального плану здобувача вищої освіти.

Структурування дисципліни за видами навчальної роботи і оцінювання результатів навчання студентів денної форми здобуття освіти у 7 семестрі

Аудиторна робота								Контрольні заходи		Самостійна робота	Семестровий контроль	Разом
<i>Сьомий семестр</i>												
Практичні заняття (мінімум – 8 контрольних точок)								Тестовий контроль:		ІДЗ*	Іспит	Сума балів
1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-17	T*1-5	T6-15			
Кількість балів за вид навчальної роботи (мінімум-максимум)												
3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5	6-10	24-40	60-100**
24-40								6-10		6-10	24-40	

Примітка: *ІДЗ – індивідуальне домашнє завдання; Т* – тема навчальної дисципліни;
**За набрану з будь-якого виду навчальної роботи з дисципліни кількість балів, нижче встановленого мінімуму, здобувач отримує незадовільну оцінку і має її перездати у встановлений викладачем (деканом) термін. Інституційна оцінка встановлюється відповідно до таблиці «Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС».

Структурування дисципліни за видами навчальної роботи і оцінювання результатів навчання студентів заочної форми здобуття освіти

Аудиторна робота			Самостійна, індивідуальна робота				Семестровий контроль		Разом
<i>Сьомий семестр</i>									
Практичне заняття			Контрольна робота		Тестовий контроль		Іспит	Сума балів	
1	2	3	Якість виконання	Захист роботи	T1-5	T6-15			
Кількість балів за кожний вид навчальної роботи (мінімум-максимум)									
3-5	3-5	3-5	12-20	3-5	3-5	3-5	30-50	60-100	
9-15			15-25		6-10		30-50		

Оцінювання якості виконання контрольної роботи студентами заочної форми здобуття освіти

Контрольна робота передбачає виконання трьох завдань – два теоретичних і одне – практичне. Кількість завдань у контрольній роботі залежно від особливостей дисципліни визначає кафедра. Зміст завдань наведено в методичних рекомендаціях до виконання практичних робіт. При оцінюванні контрольної роботи враховуються якість її виконання та захист, кожен з цих показників оцінюються максимально: кожне з теоретичних завдань – 5

балами, практичне завдання 10 балами, загальна максимальна сума балів становить 20.
Критерії оцінювання контрольної роботи:

Таблиця – Розподіл балів між завданнями контрольної роботи здобувача вищої освіти

Види завдань	Для кожного окремого виду завдань		
	Мінімальний (достатній) бал	Потенційні позитивні бали* (середній бал)	Максимальний (високий) бал
Теоретичне питання № 1	3	4	5
Теоретичне питання № 2	3	4	5
Практичне завдання	6	8	10
Всього балів	12		20

Примітка. *Позитивний бал за контрольну роботу, відмінний від мінімального (12 балів) та максимального (20 балів), знаходиться в межах 13-19 балів та розраховується як сума балів за усі структурні елементи (завдання) контрольної роботи.

Кожне завдання контрольної роботи здобувача вищої освіти оцінюється з використанням нижченаведених у таблиці критеріїв оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти (щодо визначення достатнього, середнього та високого рівня досягнення здобувачем запланованих ПРН та сформованих компетентностей).

Оцінювання на практичних заняттях

Оцінка, яка виставляється за практичне заняття, складається з таких елементів: усне опитування студентів на знання теоретичного матеріалу з теми; вільне володіння студентом спеціальною термінологією і уміння професійно обґрунтувати прийняті рішення при розв'язуванні задач; результати самостійних робіт.

При оцінюванні результатів навчання здобувачів вищої освіти на практичних заняттях викладач користується наведеними нижче критеріями:

Таблиця – Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти

Оцінка та рівень досягнення здобувачем запланованих ПРН та сформованих компетентностей	Узагальнений зміст критерія оцінювання
Відмінно (високий)	Здобувач вищої освіти глибоко і у повному обсязі опанував зміст навчального матеріалу, легко в ньому орієнтується і вміло використовує понятійний апарат; уміє пов'язувати теорію з практикою, вирішувати практичні завдання, впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає логічний виклад відповіді мовою викладання (в усній або у письмовій формі), демонструє якісне оформлення завдань, вміє заповнювати форми звітності, аналізувати їх на помилки та виправляти їх, шукати взаємозв'язки між формами. Здобувач не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки, демонструє практичні навички з вирішення фахових завдань. При відповіді допустив дві-три несуттєві <i>похибки</i> .
Добре (середній)	Здобувач вищої освіти виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних задач; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання правил, закономірностей тощо. Відповідь здобувача вищої освіти будується на основі самостійного

	мислення. Здобувач вищої освіти у відповіді допустив дві–три <i>несуттєві помилки</i> .
Задовільно (достатній)	Здобувач вищої освіти виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою. Як правило, відповідь здобувача вищої освіти будується на рівні репродуктивного мислення, здобувач вищої освіти має слабкі знання структури навчальної дисципліни, допускає неточності і <i>суттєві помилки</i> у відповіді, вагається при відповіді на видозмінене запитання. Разом з тим, набув навичок, необхідних для виконання нескладних практичних завдань, які відповідають мінімальним критеріям оцінювання і володіє знаннями, що дозволяють йому під керівництвом викладача усунути неточності у відповіді.
Незадовільно (недостатній)	Здобувач вищої освіти виявив розрізнені, безсистемні знання, не вміє виділяти головне і другорядне, допускається помилок у визначенні понять, перекручує їх зміст, хаотично і невпевнено викладає матеріал, не може використовувати знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка «незадовільно» виставляється здобувачеві вищої освіти, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення навчальної дисципліни.

ІДЗ здобувача вищої освіти оцінюється аналогічно з використанням вищенаведених у таблиці критеріїв оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти (мінімальний позитивний бал – 6 балів, максимальний – 10 балів). При підготовці тез доповідей на конференцію у якості ІДЗ здобувач вищої освіти отримує максимальний бал (10) за його виконання.

Оцінювання результатів тестового контролю

Кожен з двох тестів, передбачених робочою програмою, складається із 25 тестових завдань. Максимальна сума балів, яку може набрати студент за результатами тестування, складає 5.

Відповідно до таблиці структурування видів робіт за тематичний контроль здобувач залежно від кількості правильних відповідей може отримати від 3 до 5 балів:

Таблиця – Розподіл балів в залежності від наданих правильних відповідей на тестові завдання

Кількість правильних відповідей	1–13	14–16	17–22	23–25
Відсоток правильних відповідей	0-59	60-74	75-89	90-100
Кількість балів	-	3	4	5

На тестування відводиться 25 хвилин. Правильні відповіді студент записує у талоні відповідей. Студент може також пройти тестування і в онлайн режимі у Модульному середовищі для навчання на сторінці навчальної дисципліни. Тестування здобувачів вищої освіти у Модульному середовищі для навчання автоматично оцінюються за критеріями, наведеними у таблиці вище.

При отриманні негативної оцінки тест слід перездати до терміну наступного контролю.

Оцінювання результатів підсумкового семестрового контролю (іспит)

Освітня програма передбачає підсумковий семестровий контроль з дисципліни у формі іспиту, завданням якого є системне й об'єктивне оцінювання як теоретичної, так і практичної підготовки здобувача з навчальної дисципліни. Складання іспиту відбувається за попередньо розробленими і затвердженими на засіданні кафедри білетами. Відповідно

до цього в екзаменаційному білеті пропонується поєднання питань як теоретичного (в т.ч. у тестовій формі), так і практичного характеру.

Таблиця – Оцінювання результатів підсумкового семестрового контролю здобувачів денної форми навчання (40 балів для підсумкового контролю)

Види завдань	Для кожного окремого виду завдань		
	Мінімальний (достатній) бал (задовільно)	Потенційні позитивні бали* (середній бал) (добре)	Максимальний (високий) бал (відмінно)
Теоретичне питання № 1	6	8	10
Теоретичне питання № 2	6	8	10
Практичне завдання	12	16	20
Разом:	24		40

Примітка. *Позитивний бал за іспит, відмінний від мінімального (24 бали) та максимального (40 балів), знаходиться в межах 25-39 балів та розраховується як сума балів за усі структурні елементи (завдання) іспиту.

Таблиця – Оцінювання результатів підсумкового семестрового контролю здобувачів заочної форми навчання (50 балів для підсумкового контролю)

Види завдань	Для кожного окремого виду завдань		
	Мінімальний (достатній) бал (задовільно)	Потенційні позитивні бали* (середній бал) (добре)	Максимальний (високий) бал (відмінно)
Теоретичне питання № 1	6	10	15
Теоретичне питання № 2	6	10	15
Практичне завдання	8	14	20
Разом:	30		50

Примітка. *Позитивний бал за іспит, відмінний від мінімального (30 балів) та максимального (50 балів), знаходиться в межах 31-49 балів та розраховується як сума балів за усі структурні елементи (завдання) іспиту.

Для кожного окремого виду завдань підсумкового семестрового контролю застосовуються критерії оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти, наведені вище (Таблиця – Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувача вищої освіти).

Таблиця – Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Рейтингова шкала балів	Інституційна шкала (Опис рівня досягнення здобувачем вищої освіти запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни)	
		Залік	Іспит/диференційований залік
A	90-100	Зараховано	Відмінно/Excellent – високий рівень досягнення запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни, що свідчить про безумовну готовність здобувача до подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом
B	83-89		Добре/Good – середній (максимально достатній) рівень досягнення запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни та готовності до подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом
C	73-82		
D	66-72		

E	60-65		Задовільно/Satisfactory – Наявні мінімально достатні для подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом результати навчання з навчальної дисципліни
FX	40-59	Незараховано	Незадовільно/Fail – Низка запланованих результатів навчання з навчальної дисципліни відсутня. Рівень набутих результатів навчання є недостатнім для подальшого навчання та/або професійної діяльності за фахом
F	0-39		Незадовільно/Fail – Результати навчання відсутні

Підсумкова семестрова оцінка за інституційною шкалою і шкалою ЄКТС визначається в автоматизованому режимі після внесення викладачем результатів оцінювання з усіх видів робіт до електронного журналу. Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС у наведеній нижче таблиці.

Семестровий іспит виставляється, якщо загальна сума балів, яку набрав студент з дисципліни за результатами поточного та підсумкового контролю, знаходиться у межах від 60 до 100 балів. При цьому за інституційною шкалою ставиться оцінка «відмінно/добре/задовільно», а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом сумі балів відповідно до таблиці Співвідношення.

11. Питання для самоконтролю результатів навчання

1. Дайте характеристику педагогічним здібностям вчителя
2. Охарактеризуйте елементи які включає в себе спеціальна психологічна підготовка до конкретних змагань.
 1. Порівняйте завдання, що стоять перед психологією спорту і психологією фізичного виховання.
 2. Розкрийте сутність типів вчителя.
 3. Дайте визначення поняттю імідж.
 4. Визначте види психологічної підготовки школярів до занять фізичною діяльністю.
 5. Назвіть та охарактеризуйте способи підтримки стійкої уваги у школярів на уроках фізичної культури.
 6. Розкрийте мотиви психології вболівання та типи вболівальників.
 7. Дайте визначення поняттям «воля» та «вольові зусилля».
 8. Визначте види психологічної підготовки.
 9. Поясніть психологічні особливості стану «спортивної форми».
 10. Охарактеризуйте елементи, які включає в себе загальна психологічна підготовка.
 11. Дайте характеристику педагогічним здібностям вчителя.
 12. Опишіть групи вболівальників.
 13. Дайте визначення поняття стиль суддівства.
 14. Предмет і педагогічна спрямованість курсу «Психологія фізичного виховання».
 15. Мета, мотиви, дії, оздоровлення, педагогічна діяльність у фізичному вихованні.
 16. Дайте характеристику демократичному стилю діяльності вчителя фізичної культури.
 17. Розкрийте мотиви психології вболівання та типи вболівальників.
 18. Дайте характеристику типології вчителів за негативними особистісними рисами.

19. Визначте технологічні цінності професійно-педагогічної культури фахівця фізичного виховання та спорту.
20. Назвіть загальні, конкретні мотиви занять фізичною культурою.
21. Дайте характеристику різних методів ментального тренінгу в фізичному вихованні.
22. Визначте види психологічної підготовки .
23. За яких розумових операцій здійснюється мислення.
24. Характеристика функцій які виконує вчитель фізичної культури в своїй професійній діяльності.

12. Навчально-методичне забезпечення

Освітній процес з дисципліни «Психологія фізичного виховання і спорту» повністю і в достатній кількості забезпечений необхідною навчально-методичною літературою. Зокрема, підготовлені і видані такі роботи:

1. Психологія фізичного виховання і спорту : методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальностей 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)» та 017 «Фізична культура і спорт» / Т. В. Чопик, О. С. Павлюк, Є. О. Павлюк, О. В. Антонюк. Хмельницький : ХНУ, 2024. 60 с.

2. Роздатковий матеріал:

13. Матеріально-технічне та програмне забезпечення дисципліни (за потреби)

1. Інформаційна та комп'ютерна підтримка: ПК, планшет, смартфон або інший мобільний пристрій, проектор, доступ до мережі Інтернет, робота з презентаціями.
2. Вивчення навчальної дисципліни не потребує використання спеціального програмного забезпечення, крім загальнонавчаних програм і операційних систем.

14. Рекомендована література

1. Серова Л.К. Спортивна психологія: професійний відбір у спорті.

2018. https://stud.com.ua/156545/meditsina/sportivna_psihologiya_profesiyiny_vidbir_u_sporti

1. Колобич О. П. Загальна психологія. Навчально-методичний посібник. Львів, 2018. – 172 с.
2. Психологія спорту : навч. посіб. / В. І. Воронова. – Вид. 2-е, без змін. – Київ : Олімпійська література, 2019. – 272 с. – ISBN 966-7133-92-3.
3. Психологія фізичного виховання та спорту : навчально-методичний посібник / І. В. Іваній, В. М. Сергієнко. – Суми: ФОП Цьома С.П., 2016. – 204 с.
4. Петровська Т.В. Педагогіка: дидактичні матеріали: навчальний посібник / Т.В. Петровська. – К.: Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України, вид-тво , 2016. – 180 с.

Додаткова

1. Чопик, Т., & Рудніченко, М. (2022). Аналіз й узагальнення психологічної підготовки спортсменів. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, (2), 75–80. <https://doi.org/10.31891/pcs.2022.2.12>

2. Стаття ЧОПИК, Т. ., ЛИТВИНОВ, . І. . ., ДЯКУН, . М. . ., & ЧОПИК, . А. . . (2025). ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА БАСКЕТБОЛІСТІВ У ДЮСШ. *PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE*, 2(1), 59–64. [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).70](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).70)

3. ЧОПИК, Т. (2025). ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ: ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ТА ПРАКТИЧНЕ

ЗНАЧЕННЯ. *PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE*, (2), 72–78.
<https://doi.org/10.31891/pcs.2025.2.10>

4. ЧОПИК, Т., ЛИТВИНОВ, І., ДЯКУН, М., & ЧОПИК, А. (2025). ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ «ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ» У ПРОЦЕСІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ. *PHYSICAL CULTURE AND SPORT: SCIENTIFIC PERSPECTIVE*, (2), 330–336. <https://doi.org/10.31891/pcs.2025.2.42>

15. Інформаційні ресурси

1. Модульне середовище для навчання. URL <https://msn.khmnu.edu.ua/course/view.php?id=8985>
2. Електронна бібліотека університету. URL: http://lib.khmnu.edu.ua/asp/php_f/plage_lib.php
3. Репозитарій ХНУ. URL: <https://library.khmnu.edu.ua/#> .