

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ

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

Євген ПАВЛЮК
2023 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Психологія фізичного виховання і спорту


Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність 014.11 Середня освіта (Фізична культура)
Рівень вищої освіти Перший бакалаврський
Освітньо-професійна програма Середня освіта
Обсяг дисципліни 5 кредитів ЄКТС
Мова навчання українська
Статус дисципліни: Дисципліна загальної підготовки
Факультет: Здоров'я, психології, фізичної культури та спорту

Форма навчання	Курс	Семестр	Обсяг дисципліни Кредити ЄКТС	Кількість годин						Форма семестрового контролю			
				Аудиторні заняття				Індивідуальна робота студента	Самостійна робота, у т.ч. ІРС	Курсовий проект	Курсова робота	Залік	Іспит
				Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття						
Д	4	7	5	68	34		34		82				+
З	4	7	5	12	6		6		138				+

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми «Середня освіта та навчального плану за спеціальністю 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)» за першим бакалаврським рівнем освіти

Робоча програма складена  к. п. н., доцент Тетяна ЧОПИК

Схвалена на засіданні кафедри: Теорії і методики фізичного виховання і спорту

Протокол від: Зав. кафедри  Олександр СОЛТИК

Робоча програма розглянута та схвалена вченою радою факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту

Голова вченої ради факультету  Євген ПАВЛЮК

2. Пояснювальна записка

Дисципліна «Психологія фізичного виховання і спорту» є однією із фахових дисциплін і займає провідне місце у підготовці фахівців освітнього рівня «Бакалавр» за спеціальністю 014 «Середня освіта». Вивчення студентами дисципліни «Психологія фізичного виховання і спорту» сприяє глибокому і осмисленому уявленню про здоров'я людини, її фізичні можливості, резерви організму і психіки.

Пререквізити – Громадянське суспільство, Теорія і методика викладання фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах, Педагогіка.

Кореквізити – Педагогічна практика у загальноосвітніх навчальних закладах, Основи менеджменту, маркетингу та адміністрування (за професійним спрямуванням), Курсова робота з теоретико-методичних засад фізичного виховання

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 вміє 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 методику 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.

3. Структура і зміст робочої програми навчальної дисципліни

3.1. Структура залікових кредитів дисципліни

Назва теми	Кількість годин, відведених на:					
	Денна форма			Заочна форма		
	лекції	практичні заняття	Самостійна робота	Л	ПР	СР
Тема 1 – Вступ у психологію фізичного виховання.	2	2	5	2	2	28
Тема 2 – Психологічні основи навчання на уроках фізичної культури.	2	2	5			
Тема 3 - Особливості розумової діяльності. Особливості прояву пам'яті.	2	2	3			
Тема 4 –Психологія особистості вчителя фізичної культури. Підготовка до поточного контролю ПК1.	2	2	5			
Тема 5 - Стиль професійної діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет у професійній діяльності вчителя фізичної культури. Стиль професійної діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет у професійній діяльності вчителя фізичної культури.	2	2	5			
Тема 6 – Психологія школяра у навчальній діяльності з фізичної культури.	2	2	5	2	2	28
Тема 7 - Типові особливості особистості школярів. Методи психолого-педагогічного вивчення особистості школяра.	2	2	6			
Тема 8 – Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання та спорту.	2	2	5			
Тема 9 - Іміджмейкінг фахівців фізичної культури та спорту. Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця	2	2		2		28

фізичного виховання та спорту.						
Тема 10 – Вболівання – як соціально-психологічне явище. Підготовка до практичної роботи.	2	2	2			
Тема 11 - Основи психології спорту. Мета та завдання психології спорту.	2	2	5			
Тема 12 – Історія психології спорту. Діяльність сучасного психолога в спорті. Методи психологічного дослідження в спорті. ТК 1.	2	2	5			
Тема 13 – Психолого-педагогічне забезпечення підготовки спортсменів до змагань.	2	2	5		2	28
Тема 14 - Методи загальної і спеціальної психологічної підготовки до змагань. Передстартова підготовка спортсмена та її методи регулювання.	2	2	7			
Тема 15 – Психологія діяльності спортивних суддів. Психологічний захист особистості. Підготовка до поточного контролю ПК2.	2	2	7			
Тема 16 – Психологія особистості тренера. Функції тренера як керівника команди.	2	2	6			26
Тема 17 – Типи тренерів-керівників у спортивній діяльності. Стиль керівництва тренера. ТК 2.	2	2	6			
Разом за семестр	34	34	82	6	6	138

3.2. Програма навчальної дисципліни

№	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. Особливості розумової діяльності. Особливості прояву пам'яті. Уявлення, як процес створення нових образів, предметів і явищ.[2, с. 4-15], [4, с. 2-16].	4
3	<i>Тема 3.</i> 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. [3, с. 11-16], [1, с. 13-18].	4
4	<i>Тема 4</i> Психологія школяра у навчальній діяльності з фізичної культури. Учень – суб'єкт навчальної діяльності. Мотиваційна сфера та самосвідомість школяра. Емоційна та вольова сфери школяра. Типові особливості особистості школярів. Методи психолого-	4

	педагогічного вивчення особистості школяра. [4, с. 3-15], [2, с. 15-21].	
5	<i>Тема 5.</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], [6, с. 48-53].	4
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], [7, с. 26-48].	2
7	<i>Тема 7</i> Основи психології спорту. Мета та завдання психології спорту. Історія психології спорту. Діяльність сучасного психолога в спорті. Методи психологічного дослідження в спорті..[5, с. 16-24], [8, с. 32-46].	4
8	<i>Тема 8</i> Психолого-педагогічне забезпечення підготовки спортсменів до змагань. Сутність спортивної форми. Методи загальної і спеціальної психологічної підготовки до змагань. Передстартова підготовка спортсмена та її методи регулювання..[9, с. 45-58], [7, с. 38-46].	4
9	<i>Тема 9</i> психологія діяльності спортивних суддів. Психологічний захист особистості. 8, с. 34-56], [10, с. 34-67].	2
10	<i>Тема 10</i> Психологія особистості тренера. Функції тренера як керівника команди. Якість особистості тренера, які визначають успішність його діяльності. типи тренерів-керівників у спортивній діяльності. Стиль керівництва тренера..[9, с. 47-77], [11, с. 61-76].	4
Разом за 7 семестр		34

Перелік оглядових лекцій для студентів заочної форми навчання

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 вольова сфери школяра. Типові особливості особистості школярів. Методи психолого-педагогічного	2

	вивчення особистості школяра. [4, с. 3-15], [2, с. 15-21].Літ.: [1] с. 65-80; [2] с. 58-63; [6] с. 26-44	
Разом :		6

3.2.2 Зміст практичних занять

Номер теми	Теми практичних занять	Кількість годин
1	Перевірка остаточних знань. Психодіагностика стану здоров'я особистості. Орієнтовна оцінка здорової поведінки.	4
2	Перевірка остаточних знань теми. Орієнтована оцінка емоційного благополуччя. Аутоаналітичний опитувальник здорової особистості.	4
3	Перевірка остаточних знань. Психодіагностика стану здоров'я особистості. Дослідження особистості біографічним методом.	6
4	Перевірка остаточних знань. Методика дослідження впевненості на усвідомлювальному рівні. Психодіагностика самотності. Проективний метод психодіагностики ВКЗ. Підготовка до ПК 1.	4
5	Перевірка остаточних знань. Методика дослідження локусу контролю (ЛК) (Дж. Роттера). Тест-опитувальник особистісної зрілості. Тест на професійний стрес. ТК 1.	4
6	Перевірка остаточних знань. Діагностика смислових життєвих орієнтацій. Підготовка до ПК 2.	4
7	Перевірка остаточних знань. Психодіагностика стану здоров'я особистості. Методика діагностики ступеня задоволеності основних потреб.	4
8	Перевірка остаточних знань. Методика дослідження впевненості на усвідомлювальному рівні. Психодіагностика самотності. ТК 2.	4
<i>Разом за семестр</i>		34

Перелік практичних робіт для студентів заочної форми навчання

№ 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 на професійний стрес. Літ.: [1] с. 52-63; [2] с. 42-55; [3] с. 24-26; [4] с. 68-70 [6] с. 19-25	2
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

3.2.3 Зміст самостійної роботи

Самостійна робота студентів полягає у систематичному опрацюванні програмного матеріалу з відповідних джерел інформації, підготовці до виконання і захисту практичних робіт, вивченню нового теоретичного матеріалу, тестування з теоретичного матеріалу, підготовки до здачі іспиту.

№ 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.	5
8.	Опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичної роботи. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекції. «Сила звички». Підготовка до ТК 2.	5
9.	Опрацювання лекційного матеріалу. Опрацювання окремих розділів програми, які не викладаються на лекціях. «Стрес, та його вплив на спортсменів». ТК 2.	12
Разом за семестр		82

На самостійне опрацювання студентів у **сьомому семестрі** пишуть реферат в обсязі 4–5 сторінок з ілюстраціями за індивідуальними темами і презентують його на 12-ому тижні семестру. Керівництво самостійною роботою та контроль за виконанням індивідуального завдання здійснює викладач згідно з розкладом консультацій у позаурочний час. **Орієнтовна тематика індивідуального завдання для самостійної роботи студентів подана в модульному середовищі.**

4. Технології та методи навчання

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій, зокрема: лекції (з використанням методів проблемного навчання і візуалізації), самостійна робота (індивідуальні завдання), і мають за мету – оволодіння

студентами спеціальною термінологією і набуття ними практичних навичок з практичної підготовки фахівця, спрямованої на вирішення типових та складних завдань з адаптивного фізичного виховання для осіб з обмеженими фізичними можливостями.

Методи викладання словесні (розповідь, бесіда, пояснення); практичні (дискусії, навчальні ігри); наочні (ілюстрування навчального матеріалу, показ слайдів).

Навчальна робота проводиться у формі лекцій, практичних занять та самостійної роботи. На лекціях подається основний програмний матеріал, який становить основу підготовки майбутнього фахівця. Даються головні відомості та рекомендації щодо виконання практичних завдань.

На практичних заняттях поглиблюються знання з основних питань, висвітлених на лекціях, і перевіряються знання студентів, отриманих на лекціях та в процесі самостійної роботи студента.

Самостійна робота студентів складається: закріплення пройденого матеріалу, з опрацювання рекомендованої літератури, виконання додаткових завдань.

5. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час лекційних та практичних занять, а також у дні проведення контрольних заходів, встановлених робочою програмою і графіком навчального процесу. При цьому використовуються такі методи поточного контролю:

- усне опитування;
- тестовий контроль теоретичного матеріалу з теми;
- презентація і захист індивідуальних завдань;
- виконання домашніх завдань тощо.

При виведенні підсумкової семестрової оцінки враховуються результати як поточного контролю, так і підсумкового контрольного заходу, який проводиться методом тестування з усього матеріалу дисципліни.

6. 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». Кожний вид роботи з дисципліни оцінюється за інституційною **чотирибальною** шкалою і виставляється в електронному журналі обліку успішності. Семестрова підсумкова оцінка визначається як середньозважена з усіх видів навчальної роботи, виконаних і зданих студентом **позитивно**, з урахуванням коефіцієнта вагомості і розраховується в автоматизованому режимі за відповідною програмою. Вагові коефіцієнти змінюються залежно від структури дисципліни і важливості окремих видів її робіт.

Оцінка, яка виставляється за практичне заняття, складається з таких елементів: усне опитування студентів; знання теоретичного матеріалу з теми роботи; вільне володіння студентом спеціальною термінологією і уміння професійно обґрунтувати прийняті конструктивні рішення.

Термін відпрацювання практичної роботи вважається своєчасним, якщо студент відпрацював її на наступному після виконання роботи занятті. Пропущене практичне заняття студент 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 тестуванням. Виконання індивідуального завдання завершується його презентацією у терміни, встановлені графіком самостійної роботи.

Оцінювання знань студентів здійснюється за такими критеріями:

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій
---------------------------------------	------------------------------

Відмінно	Студент 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 державною мовою (в усній або у письмовій формі), демонструє якісне оформлення роботи і володіння спеціальними інструментами. Студент не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки. При відповіді допустив дві–три несуттєві <i>похибки</i> .
Добре	Студент виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом і фаховою термінологією, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних завдань; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання закономірностей тощо. Відповідь студента будується на основі самостійного мислення. Студент у відповіді допустив дві–три <i>несуттєві помилки</i> .
Задовільно	Студент 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 студента будується на рівні репродуктивного мислення, студент має слабкі знання структури курсу, 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	Студент 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 теоретичні знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка "незадовільно" виставляється студенту, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення дисципліни.

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання

студентів денної форми навчання у семестрі за ваговими коефіцієнтами

У 7 семестрі поточний контроль здійснюється під час проведення аудиторних занять. Форми проведення поточного контролю під час навчальних занять проходять у вигляді тестового. Під час контролю визначається рівень засвоєння теоретичного матеріалу дисципліни. Тестові контролю (ТК1, ТК2) проводиться на 5 і 16 тижнях і має на меті перевірку знань за темами 9-12, 13-17 відповідно. Окрім того студенти отримують оцінку (ЗПР) за виконання практичних робіт. Оцінку відмінно за практичну роботу студенти отримують за виконанні усі передбачені навчальною програмою навчальні завдання.

Підсумковий контроль проводиться з метою оцінювання стану оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками з дисципліни «Психологія фізичного виховання і спорту», і проходить у вигляді іспиту. Під час семестрового контролю враховуються результати здачі усіх видів робіт згідно із структурою залікових кредитів.

Тестовий контроль		Захист практичної роботи	Семестровий контроль
ТК1	ТК2	ЗПР1, ЗПР2	іспит
0,2	0,2	0,2	0,4

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання студентів заочної форми навчання у семестрі за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота	Самостійна, індивідуальна робота			Семестровий контроль, залік		
<i>Перший семестр</i>						
Практична робота			Контрольна робота		Індивідуальне завдання	Підсумковий контрольний захід
1	2	3	Якість виконання	Оцінка за захист	1	1
0,1			0,1	0,1	0,1	0,4

6.Рекомендована література

Основна:

1. Серова Л.К. Спортивна психологія: професійний відбір у спорті. 2018.https://stud.com.ua/156545/meditsina/sportivna_psihologiya_profesiyniy_vidbir_u_sporti
2. Колобич О. П. Загальна психологія. Навчально-методичний посібник. Львів, 2018. – 172 с.
3. Психологія спорту : навч. посіб. / В. І. Воронова. – Вид. 2-е, без змін. – Київ : Олімпійська література, 2019. – 272 с. – ISBN 966-7133-92-3.
4. Психологія фізичного виховання та спорту : навчально-методичний посібник / І. В. Іваній, В. М. Сергієнко. – Суми: ФОП Цьома С.П., 2016. – 204 с.
5. Волкова В. І. Психологія спорту : навч. посібник / В. І. Волкова. – К. : Олімпійська література, 2007. – 298 с.
Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини / І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич [за ред. І. Я. Коцана]. - Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. - 352 с.
6. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів / О. Р. Гринь. – К. : НУФВСУ, вид-во «Олімп. л-ра», 2015. – 276 с.
7. Воронова В.І. Психологія спорту: Навч. посібник. – К.: Олімпійська література, 2007. – 298 с.
8. <https://msn.khnu.km.ua/course/view.php?id=5882>