

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ
ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

ФАКУЛЬТЕТ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ТА ЗАОЧНОЇ ОСВІТИ

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ І ПСИХОЛОГІЇ

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

ОК 36 «Психологія спортивної діяльності»

на 2025-2026 навчальний рік

компонент освітньої програми – обов'язкова

Курс та семестр вивчення	III-курс, V-VI семестр; V курс, 9-10 семестр
Освітня програма / спеціалізація	Фізична культура і спорт
Спеціальність	A7 «Фізична культура і спорт»
Галузь знань	A Освіта
Ступінь вищої освіти	бакалавр
Форма навчання	денна, заочна

ПІБ НПП, відповідальний за курс науковий ступінь і вчене звання, посада	СОЛОВЙОВ ВАЛЕРІЙ ФЕДОРОВИЧ Доктор педагогічних наук, доцент завідувач кафедри педагогіки і психології
---	--

Контактний телефон	+38-0979519777
Електронна адреса	valerisolovyov@gmail.com
Розклад навчальних занять	
Сторінка дистанційного курсу	http://study.ldufk.edu.ua/course/view.php?id=1943

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета вивчення навчальної дисципліни	Метою викладання цієї навчальної дисципліни є поглиблення знань про основні закономірності психологічних феноменів що виникають у спортивній діяльності та формування практичних вмінь і навичок з управління і корекції цих явищ, що дозволить їх використати у майбутній тренерській діяльності.
Тривалість	VI семестр: 3 кредити ЄКТС/90 годин (12 год – лекції, 18 год – семінарські, 60 год – самостійна робота)
Форми та методи навчання	Лекції, семінарські заняття, самостійна робота поза розкладом
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль, підсумковий контроль. Підсумковий контроль – залік.
Мова викладання	Українська

ПЕРЕЛІК КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА, ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Інтегральні компетентності, якими повинен оволодіти студент
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності, якими повинен оволодіти студент
ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК 4. Здатність працювати в команді.
ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом
ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності, якими повинен оволодіти студент
СК 19. Здатність усвідомлювати принципи професійної етики та необхідність їх дотримання в інформаційному просторі
Програмні результати навчання
ПНР 12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях
ПНР 18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом
ПНР 26. Дотримуватися принципів професійної етики у сфері фізичної культури і спорту

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ п/п	Теми	Результати навчання
1.	Психологія спортивної діяльності, як спеціальна галузь психологічної науки.	<i>Знати:</i> психологія спорту як галузь психологічної науки; мета і завдання психології спорту та її зв'язок з іншими науками; історія розвитку «Психології спортивної діяльності»; методи дослідження в психології спорту; етапи проведення психологічних досліджень; практичне значення психології для педагогів в галузі фізичної культури і спорту.
2.	Психологічна характеристика спортивної діяльності та особистості тренер	<i>Знати:</i> психологічні особливості тренерської діяльності; функції тренера: гностична, проєктивна, виховна, організаційна, конструктивна, адміністративна, комунікативна; мотивація діяльності тренера ;суб'єктивні та

		об'єктивні труднощі в тренерській роботі; психічні якості особистості тренера; стилі керування спортивною командою; структура авторитету тренера; психологічні основи педагогічного такту в роботі тренера; індивідуальний стиль роботи тренера
3.	Індивідуально-типологічні особливості особистості спортсмена	<i>Знати:</i> поняття про особистість спортсмена; індивідуально-психологічні особливості особистості спортсмена; темперамент спортсмена; характер і здібності (загальні, спеціальні); психологічні особливості розвитку здібностей в обраному виді спорту; мотивація особистості спортсмена та її динаміка на різних етапах занять спортом; значення мотивації досягнення успіху та уникнення невдач в загальній діяльності спортсмена.
4.	Психологія спортивного колективу	<i>Знати:</i> спортивна команда як різновидність малої соціальної групи; психологічні особливості спортивної команди; етапи становлення колективу; структура спортивної команди; керівництво спортивною командою; лідер та його роль в спортивній команді; типи та функції лідерів; особливості взаємин у системі «тренер - спортсмен» та «спортсмен»; чинники, що впливають на ставлення спортсменів до тренера; поняття суперництва та співробітництва у взаємовідносинах між спортсменами; поняття психологічної сумісності; фактори, що впливають на сумісність.
5.	Психічні стани в тренувальному і змагальному процесах	<i>Знати:</i> змагання як головний компонент спортивної діяльності; специфічні відмінності умов змагань від умов навчально-тренувального процесу; психологічні особливості спортивного змагання; мета і мотиви участі в спортивному змаганні; соціальна значимість та особиста значимість спортивного змагання; класифікація екстремальних ситуацій змагального характеру; стан «психічного напруження» в умовах змагань та його динаміка; фактори,

		що впливають на динаміку змагального «психічного напруження»; характеристика стану «перенапруги» спортсмена; стадії психічного «перенапруження»; «збудження» та «тривожність» у спортсменів; тривожність особистісна та ситуативна; характеристика «передстартових психічних станів» спортсмена; стан «монотонії» та «перенасичення» у спортсменів; ознаки монотонії; стан «перетренованості» і «перевтоми» в тренувальному процесі; ознаки і причини стану «перетренованості» та «вигорання»; етапи «вигорання».
6.	Загальна психологічна підготовка в спортивній діяльності	<i>Знати:</i> поняття про психологічну підготовку; типи, мета і завдання психологічної підготовки; зміст психологічного забезпечення спортивної діяльності; мотивація занять спортом; засоби формування мотивації до занять спортом; поняття «спортивного характеру»; основні критерії «спортивного характеру»; засоби загальної психологічної підготовки спортсмена до змагань.
7.	Спеціальна психологічна підготовка спортсмена до конкретних змагань	<i>Знати:</i> ознаки та рівні «психічної готовності» спортсмена до участі в змаганнях; спеціальна психологічна підготовка спортсмена як процес формування «бойової готовності»; ознаки стану «психічної готовності»; рівні стану «бойової готовності»; періоди спеціальної психічної підготовки; основні ланки системи СПП спортсмена до конкретного змагання; організація адекватної поведінки спортсмена до конкретного змагання (спортивної команди) на передодні змагань; розминка і психологічне секундування як ситуативне керування станом і поведінкою спортсмена; зміст секундування.
8	Психологія діяльності спортивних суддів	<i>Знати:</i> мотивація спортивного суддівства; нервово-емоційне напруження у суддів; психологічні особливості спортивних суддів; стилі спортивного суддівства

ІНФОРМАЦІЙНІ ДЖЕРЕЛА

1. Соловйов В. Ф. Психологія спорту : навч.-метод. посіб. / Валерій Соловйов. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2025. – 40с.
2. Валерій Соловйов, Педагогічні умови зміцнення здоров'я школярів у виховній системі В. О. Сухомлинського: / В. Соловйов, Н. Степанченко, Т Матвійчук: // Видатні українські педагоги: зб. наук. пр. — Вип. 10 . — Львів: «Бадікова Н. О.», 2018. — С. 110-118.
3. Соловйов В. Потенціал фізичної культури в підготовці студентів ВНЗ до професійної діяльності / Валерій Соловйов // Григорій Васянович — син співучого Полісся : до 70-річчя від дня народження / упоряд. С. М. Вдович. — Львів : СПОЛОМ, 2015. — С. 348—353.
4. Клименко В. В. Психологія спорту: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. – К.: МАУП, 2007. – 432 с. 8.
5. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті: монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. – Львів: ЛДУФК, 2013. - 312с.

ПОЛІТИКА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ТА ОЦІНЮВАННЯ

Політика оцінювання. Оцінювання якості знань студентів здійснюється відповідно до Положення ЛДУФК ім. І.Боберського

<http://ldufk.edu.ua/index.php/navchalna-robota.html>

Робоча програма

<https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/bf809abb-a5be-482d-81fc-2b55535f6f41/content>

Порядок оцінювання. Зараховуються бали, набрані при поточному опитуванні, самостійній роботі та бали підсумкового контролю. При цьому обов'язково враховується присутність студента на заняттях та його активність під час практичних робіт. Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням:

- поточне оцінювання – 70 балів;
- модульна контрольна робота – 30 балів;
- додаткові бали – присутність студента на усіх лекційних заняттях – 10 балів, наявність конспекту лекцій – 10 балів; написання наукових робіт, участь у конференціях – 10 балів (кожна виконана робота).

Політика щодо академічної доброчесності: недопустиме списування та плагіат. Дотримання правил та норм академічної доброчесності, етичної поведінки та корпоративної культури здійснюється відповідно до Положення про дотримання академічної доброчесності ЛДУФК імені Івана Боберського <https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2023/06/polozhennja-pro-dobrochesnist-04-20.pdf>.

Політика зарахування результатів неформальної освіти. Студенти, які здобули освітні компонентності, за межами ЛДУФК імені Івана Боберського,

при їх відповідності постреквізітам освітньої програми, можна перезарахувати їх результати у якості виконання зарахованої теми відповідно до Положення про порядок визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2023/02/polozhennia_neformalna_osvita.pdf.

Рекомендовано, для удосконалення професійних знань та навиків проходити онлайн-курси на освітніх платформах: <https://learndigital.withgoogle.com/digitalworkshop-ua>, <https://prometheus.org.ua/>.

Використання **ШІ (штучного інтелекту)** у процесі навчання. Одна з найважливіших переваг штучного інтелекту в освіті – це його здатність забезпечувати персоналізований досвід навчання. Саме тому, навчальним курсом передбачено проходження онлайн-курсу про застосування штучного інтелекту (AI) для роботи та бізнесу за покликанням https://rsvp.withgoogle.com/events/ai-basics_2023_short/home. Сертифікат, який студент отримає після проходження онлайн-курсу є підставою для перезарахування балів (30 балів) у рамках політики неформальної освіти.