

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА
ХМЕЛЬНИЦЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ
ФАКУЛЬТЕТ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ



«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Проректор з науково-педагогічної роботи
Олександр Поліщук

«29» серпня 2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
ПСИХОЛОГІЯ (ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ)

Галузь знань: А Освіта

Спеціальність: А4 Середня освіта (Фізична культура)

Освітньо-професійна програма: Середня освіта (Фізична культура)

Освітній рівень: перший (бакалаврський)

Освітній компонент: обов'язковий

Курс: 1

Хмельницький – 2025 рік

Робоча програма освітнього компонента «Психологія (за професійним спрямуванням)» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю Середня освіта (Фізична культура).
28 серпня 2025 року. 25 с.

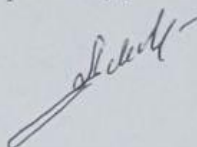
Розробник: Старовойт Ілона Йосипівна, кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри педагогіки Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії.
Протокол від 27 серпня 2025 року № 1.
В.о. завідувача кафедри психології



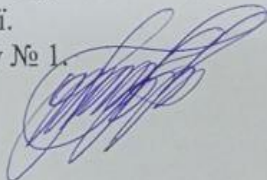
Світлана КОНДРАТЮК

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми «Середня освіта (Фізична культура)» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти.
26 серпня 2025 року
Гарант освітньої програми



Олександр МОЗОЛЄВ

Робочу програму схвалено науково-методичною радою Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії.
Протокол від 27 серпня 2025 року № 1.
Голова



Олександр ПОЛЩУК

Затверджено вченою радою Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії.
Протокол від 28 серпня 2025 року № 8.

1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, рівень вищої освіти	Характеристика освітнього компонента	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань А Освіта	Нормативна	
Модулів – 1	Спеціальність: А 4.11 Середня освіта (Фізична культура)	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 5		2025-й	2026-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання – наукові роботи, реферати		Семестр	
Загальна кількість годин – 150		1-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4	Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти	Лекції	
		30 год.	
		Практичні, семінарські	
		30 год.	
		Самостійна робота	
		90 год.	
		Індивідуальні завдання:	
		Вид контролю: залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни є забезпечення студентів знаннями про основні закономірності психічних явищ, їх прояви та особливості формування в різні вікові періоди та вплив на функціонування різних видів діяльності; допомога в аналізі особистісних психологічних новоутворень; ознайомлення з методами та принципами психологічного дослідження з ціллю використання їх в подальшій професійній діяльності. Вивчення цих феноменів необхідне для розуміння механізмів, які забезпечують ефективність навчального процесу та формують оптимальні методи засвоєння знань. Знання психологічних фактів і методів управління ними необхідні студенту в майбутній професійній діяльності.

Предметом є психологічне забезпечення фізичного виховання, що включає вивчення психічної діяльності людини під час занять фізичними вправами, це психологія рухової діяльності, формування мотивації, особистісних якостей.

У результаті вивчення освітнього компонента студенти набувають такі **компетентності**:

Інтегральна компетентність (ІК). Здатність комплексно розв'язувати складні професійні задачі та практичні проблеми у сфері фізичної культури та туризму як в процесі навчання, так і в процесі роботи, що передбачає застосування теорій і методів суміжних галузей наук і характеризуються комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності

ЗК 4. Здатність до критичного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК 10. Здатність до ефективної міжособистісної взаємодії.

ЗК 11. Здатність працювати в команді та автономно.

Спеціальні компетентності

СК 10. Здатність аналізувати особливості сприйняття та результати засвоєння учнями навчального матеріалу з метою корекції педагогічного процесу для більшої його ефективності.

СК 11. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, комунікативність.

Програмні результати навчання

РН-З 2. Розуміти значення фізичної культури та спорту у формуванні всебічно й гармонійно розвинутої особистості.

РН-У/Н 1. Знаходити та аналізувати фахову інформацію, проявляти навички критичного мислення, творчості, самостійності, колективної взаємодії.

РН-У/Н 6. Аналізувати педагогічні процеси, психічні, емоційні й фізіологічні стани учнів під час занять фізичною культурою.

РН-К 2. Формувати комунікаційну стратегію з учнями та їх батьками, колегами з дотриманням морально-етичних норм і правил.

РН-К 3. Володіти прийомами спілкування та вміти використовувати їх у роботі з окремою особистістю і колективом, керуючись у своїй діяльності принципами толерантності, діалогу й співробітництва.

РН-BiA 3. Створювати освітнє середовище, що забезпечує рівноправні та справедливі умови для всіх учнів, незалежно від їх соціального стану.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовний модуль 1. Психологія як наука та навчальний предмет.

Тема 1 Вступ до психології. Методологія наукового дослідження у психології

Людина як об'єкт пізнання. Психологія як теоретична і практична наука. Предмет психології. Поняття про психіку. Рефлекторна природа психічного. Взаємовідношення фізіологічного і психічного. Психіка як предмет наукового аналізу. Пізнавальний, емоційний та регулятивний аспекти психічного. Значення психологічної науки для практики. Психологія і навчально-виховний процес.

Психологія як наука про людину. Місце психології в системі наук. Психологія і філософія. Методологічні принципи психології. Відображення як універсальна властивість матерії. Рівні та форми психічного відображення. Основні категорії та поняття, що вивчаються в психології. Загальна характеристика методів психології.

Тема 2. Проблема психіки та свідомості у психології

Розвиток психіки в тваринному світі. Свідомість людини та суспільна природа. Вплив психіки на фізичні навантаження. Розвиток фізичних навичок та умінь.

Змістовний модуль 2. Психічні процеси: пізнавальна сфера людини

Тема 3. Відчуття. Сприймання.

Відчуття як найпростіший психічний пізнавальний процес. Рефлекторна природа відчуттів. Фізіологічні основи відчуттів. Поняття про аналізатор. Класифікація та види відчуттів. Загальні якості та властивості відчуттів. Закономірності відчуттів. Взаємодія відчуттів.

Поняття про сприймання. Фізіологічні основи процесу сприймання. Активна орієнтуюча та регулююча функції відчуттів та сприймань в поведінці та діяльності. Властивості сприймання. Класифікація та види сприймань. Сприймання часу, простору і руху. Сучасні теорії сенсорних процесів. Навчання та процес сприймання. Проблеми формування сенсорно-перцептивної культури людини. Розвиток сприймання та спостережливості на уроках фізичної культури

Тема 4. Пам'ять

Загальна характеристика пам'яті. Сучасні теорії пам'яті. Процеси пам'яті: запам'ятовування, збереження, забування та відтворення. Види пам'яті. Запам'ятовування та фактори його вдосконалення. Прийоми раціонального запам'ятовування. Явище ремінісценції. Вікові та індивідуальні особливості пам'яті людей та їх врахування фізкультурній діяльності.

Тема 5. Мислення та мовлення

Мислення як вищий психічний пізнавальний процес. Рефлекторна природа мислення. Мислення як процес і як діяльність. Основні форми логічного мислення. Мислительні операції та дії. Види мислення. Мислення людей і тварин. Індивідуальні відмінності в мисленні людей.

Поняття про мову й мовлення. Мовлення і його функції. Фізіологічні основи мовлення. Види мовлення. Розвиток мовлення у дітей.

Тема 6. Уява

Уява як процес випереджаючого відображення людиною дійсності. Фізіологічні основи уяви. Процес створення образів уяви. Класифікація та види уяви. Розвиток видів уяви в онтогенезі. Індивідуальні відмінності в уяві людей. Роль уяви в творчій діяльності особистості. Уява у фізкультурно-спортивної діяльності.

Тема 7. Увага

Поняття про увагу. Фізіологічні механізми уваги. Психологічні теорії уваги. Домінанта А. Ухтомського. Якості, властивості уваги. Класифікація та види уваги. Розвиток та формування уваги. Роль уваги в пізнавальній діяльності особистості. Розвиток уваги на уроках фізичної культури.

Змістовий модуль 3. Емоційно-вольова сфера особистості

Тема 8. Емоції. Почуття

Поняття про емоції та почуття. Фізіологічні основи емоцій та почуттів. Якості та функції емоцій та почуттів. Виразні рухи в емоціях та почуттях. Форми переживання почуттів: чуттєвий тон, настрій, емоція, стрес, фрустрація, депресія. Вищі почуття. Формування вищих почуттів у людини. Емоції та почуття під час занять фізичною культурою і спортом.

Тема 9. Воля та вольові якості особистості

Поняття про волю. Рефлекторна природа волі. Вольовий акт, його структура та механізми. Функції волі. Види дій: імпульсивні, звичні, вольові. Проста та складна вольова дія. Вольова регуляція поведінки. Вольові якості особистості та їх розвиток і умови формування. Розвиток вольових якостей учнів на уроках фізичної культури.

Змістовий модуль 4. Індивідуально-типологічні особливості особистості

Тема 10. Темперамент. Характер

Поняття про темперамент. Теорії темпераменту. Фізіологічні основи темпераменту за І.П. Павловим. Тип ВНД та темперамент. Властивості темпераменту. Характеристика основних типів темпераменту: сангвінічного, холеричного, флегматичного та меланхолічного. Темперамент та індивідуальний стиль діяльності. Діагностика темпераменту. Врахування типів темпераменту особистості учня на уроках фізичної культури.

Характер як система відношень людини до реальної дійсності. Фізіологічні основи характеру. Динамічна стереотипія. Основні симптомокомплекси характеру. Властивості, якості характеру. Акцентуації характеру. Характер і темперамент. Формування характеру особистості. Розвиток позитивних якостей характеру в процесі занять фізичною культурою.

Тема 11. Здібності

Поняття про здібності. Задатки та здібності, вроджене та набуте. Види здібностей: загальні та спеціальні. Проблема визначення здібностей людини. Проблеми індивідуальних відмінностей та здібностей людини. Обдарованість, талант та геніальність. Розвиток психологічних здібностей та їх вплив на фізичне та спортивне вдосконалення учнів.

Змістовий модуль 5. Психологічна характеристика особистості. Особистість у діяльності та спілкуванні.

Тема 12. Особистість та діяльність.

Індивід, індивідуальність, особистість. Теорії особистості: Психоаналітичні теорії особистості, Біхевіористичні теорії особистості, Гуманістичні теорії особистості, Гештальт теорії особистості, Екзистенційні теорії особистості, Соціально-когнітивний напрямок в теорії особистості, Диспозиційний напрямок в теорії особистості. Психологічні характеристики особистості. Спрямованість особистості. Формування психічних процесів у фізкультурно-спортивній діяльності, мотивації, концентрації уваги, подолання стресу.

Тема 13. Психологічний аналіз діяльності. Психологія спілкування

Поняття про діяльність. Психологічна структура діяльності. Потреби як джерело активності особистості. Мотиви діяльності. Способи та засоби реалізації діяльності. Зовнішня та внутрішня діяльність. Процеси інтеріоризації та екстеріоризації. Рухи, дії та операції. Процес засвоєння діяльності. Основні види діяльності людини. Види діяльності у психології та їх прояв у фізкультурно-спортивній діяльності. Мотиви, що спонукають до діяльності у сфері фізичної культури.

Поняття про спілкування. Спілкування як діяльність і як процес. Функції, засоби спілкування. Спілкування і мовлення. Види спілкування. Спілкування та психічний розвиток. Види мовлення. Особливості безконфліктного спілкування. Врахування індивідуальних особливостей спілкування під час навчання фізичної культури.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	с	лаб	інд.	с.р.
Змістовний модуль 1. Психологія як наука та навчальний предмет						
Тема 1 Вступ до психології. Методологія наукового дослідження у психології. Методи психології	10	2	2			6
Тема 2. Проблема психіки та свідомості у психології	11	2	2			7
Разом за змістовним модулем 1	21	4	4			13
Змістовний модуль 2. Психічні процеси: пізнавальна сфера людини						
Тема 3. Відчуття. Сприймання	11	2	2			7
Тема 4. Пам'ять	11	2	2			7
Тема 5. Мислення та мовлення	11	2	2			7
Тема 6. Уява	11	2	2			7
Тема 7. Увага	11	2	2			7
Разом за змістовним модулем 2	55	10	10			35
Змістовний модуль 3. Емоційно-вольова сфера особистості						
Тема 8. Емоції. Почуття	15	4	4			7

Тема 9. Воля та вольові якості особистості	11	2	2			7
Разом за змістовним модулем 3	26	6	6			14
Змістовний модуль 4. Індивідуально-типологічні особливості особистості						
Тема 10. Темперамент. Характер	15	4	4			7
Тема 11. Здібності	11	2	2			7
Разом за змістовним модулем 4	26	6	6			14
Змістовний модуль 5. Психологічна характеристика особистості. Особистість у діяльності та спілкуванні						
Тема 12. Особистість	11	2	2			7
Тема 13. Психологічний аналіз діяльності. Психологія спілкування	11	2	2			7
Разом за змістовним модулем 5	22	4	4			14
	150	30	30			90

5. Теми семінарських занять

№ теми	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1 Вступ до психології. Методологія наукового дослідження у психології	2
2.	Тема 2. Проблема психіки та свідомості у психології	2
3.	Тема 3. Відчуття. Сприймання	2
4.	Тема 4. Пам'ять. Аналіз процесу пам'яті в контексті фізичних навантажень.	2
5.	Тема 5. Мислення та мовлення	2
6.	Тема 6. Уява	2
7.	Тема 7. Увага	2
8.	Тема 8. Емоції. Почуття. Аналіз станів (втома, мотивація, емоції) в контексті виконання фізичних вправ.	4
9.	Тема 9. Воля та вольові якості особистості	2
10.	Тема 10. Темперамент. Характер	4
11.	Тема 11. Здібності	2
12.	Тема 12. Особистість. Вивчення особистісних властивостей, які впливають на успішність у фізичній культурі (дисципліна, самооцінка, воля, тощо)	2
13.	Тема 13. Психологічний аналіз діяльності. Психологія спілкування. Психологічні аспекти взаємодії, методів мотивації та впливу	2
	Всього	30

6. Самостійна робота

№	Зміст завдань	Форма звітності	Кількість годин
1.	Тема 1 Вступ до психології. Методологія наукового дослідження у психології	конспект	7
2.	Тема 2. Проблема психіки та свідомості у психології	Конспект	7
3.	Тема 3. Відчуття. Сприймання	конспект	7
4.	Тема 4. Пам'ять		7
5.	Тема 5. Мислення та мовлення	Конспект	7
6.	Тема 6. Уява	конспект	7
7.	Тема 7. Увага	конспект	7
8.	Тема 8. Емоції. Почуття	Конспект	7
9.	Тема 9. Воля та вольові якості особистості		7
10.	Тема 10. Темперамент. Характер		7
11.	Тема 11. Здібності		7
12.	Тема 12. Особистість		7
13.	Тема 13. Психологічний аналіз діяльності. Психологія спілкування		6
	Всього годин		90

Види самостійної роботи:

1. Захист звіту про самостійну роботу.
2. Конспектування першоджерел.
3. Написання наукової статті.
4. Підготовка до виступу на наукову конференцію.
5. Участь в олімпіаді з психології.
6. Проходження навчання на освітніх платформах, участь у вебінарах відповідно до тем освітнього компонента.

7. Індивідуальне науково-дослідне завдання

Індивідуальне навчально-дослідне завдання студентів денної форми навчання виконується у межах годин, відведених для самостійної роботи студента. Тема ІНДЗ у формі наукової роботи обирається студентом добровільно і закріплюється за студентом викладачем на початку семестру. Підготовка ІНДЗ у такій формі передбачає:

- підбір та опрацювання літератури за темою;
- складання плану роботи (вступ, *перше питання* - розкриття теоретичних аспектів проблеми, *друге питання* - аналіз фактичних та статистичних даних, висновки, список використаної літератури та інформаційних джерел);
- виклад основних ідей та пропозицій авторів;
- презентація ІНДЗ на семінарських заняттях (виступ до 5 хвилин).

Тема ІНДЗ у формі реферату обирається студентом добровільно або закріплюється за студентом викладачем протягом семестру і виконується за усталеними вимогами.

1. Дослідження зорового сприйняття
2. Комплексне дослідження уваги
3. Дослідження пам'яті
4. Дослідження логічного мислення
5. Дослідження мисленнєвих процесів
6. Дослідження наполегливості
7. Дослідження типів темпераменту
8. Дослідження мотиваційної сфери особистості
9. Дослідження емоційної сфери особистості
10. Дослідження волювої сфери особистості
11. Дослідження агресивності особистості
12. Дослідження тривожності особистості
13. Дослідження комунікативних якостей особистості
14. Дослідження організаційних якостей особистості

Теми рефератів

1. Психологічні особливості формування мотивації до занять фізичними вправами у дітей та юнацтва.
2. Психологічні аспекти подолання стресу та втоми під час уроків фізичної культури.
3. Вплив психологічної підготовки на результати фізкультурно-спортивної діяльності.
4. Психологія командної взаємодії у спортивних іграх.
5. Психолого-педагогічні основи професійної підготовки вчителів фізичної культури.
6. Психологія виховання особистості засобами фізичної культури.
7. Особливості взаємодії вчителя та учнів на уроках фізичної культури.
8. Психологічні аспекти формування здорового способу життя у шкільному віці.
9. Психологія організації шкільних спортивно-масових заходів.
10. Психологічне забезпечення фізичного виховання
11. Психологічні механізми адаптації студентів до фізичних навантажень.
12. Психологічні аспекти профілактики травматизму під час уроків фізичної культури.

8. Методи навчання

В процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються:

Теоретико-інформаційні методи навчання:

- усне логічне цілісне викладення навчального матеріалу (лекція);
- діалогічно побудоване усне викладення (бесіда);
- пояснення, демонстрація.

Практико-операційні методи навчання (практичні роботи):

- вправи;
- рішення завдань.

Пошуково-творчі методи навчання (семінарські заняття):

- аналіз конкретних ситуацій (проблемних, звичайних, нетипових);

- групове обговорення питання;
- дискусії.

Методи самостійної роботи студентів:

- читання (робота з підручником й іншими учбово-методичними посібниками);
- конспектування;
- рішення завдань і проблемних ситуацій;
- творчі завдання.

Для активізації процесу навчання студентів у ході вивчення освітнього компонента застосовуються такі навчальні технології та засоби:

- на лекціях чітко та зрозуміло структурується матеріал; зосереджується увага студентів на проблемних питаннях; наводяться конкретні приклади практичного застосування отриманих знань; звертаються до зарубіжного досвіду вирішення окремих проблем; заохочуються студенти до критичного сприймання нового матеріалу замість пасивного конспектування; використовуються наочні матеріали; використовуються технічні засоби навчання: мультимедійний проектор, слайди тощо;

- на практичних заняттях запроваджуються різні навчальні технології: обговорення проблем, дискусії; вирішення ситуаційних вправ; розв'язання проблемних питань; мозковий штурм; кейс-методи; презентації; аналіз конкретної ситуації; робота в малих групах; рольові та ділові ігри; письмовий контроль знань; індивідуальне та групове опитування; перехресна перевірка завдань з наступною аргументацією виставленої оцінки тощо.

Обов'язковими елементами активізації навчальної роботи студентів є чіткий контроль відвідування студентами занять, заохочення навчальної активності, справедлива диференціація оцінок.

9. Система контролю та оцінювання

Контроль знань і умінь здобувачів освіти (поточний і підсумковий) з навчальної дисципліни здійснюється згідно з кредитно-модульною системою організації навчального процесу. Рейтинг студента із засвоєння дисципліни визначається за 100 бальною шкалою. В основу кредитно-модульної системи навчання здобувачів вищої освіти покладено принцип накопичення оцінок за певний період навчання (модуль, семестр) і за різнобічну діяльність (в тому ж числі неформальну та інформальну освіту). Сума цих оцінок виступає в ролі кількісного показника якості роботи студента.

Поточний контроль за засвоєнням матеріалу дисципліни проводиться шляхом застосування методів усного або письмового опитування, тестування, перевірки самостійної роботи студентів, спостереження за навчальною діяльністю студентів.

Підсумкова оцінка виставляється після повного вивчення навчальної дисципліни, яка виводиться як сума проміжних оцінок за змістові модулі.

По завершенню вивчення курсу студенти складають залік.

Максимальна кількість балів, які студент може набрати за всі модулі впродовж семестру, становить 100 балів. До заліку не допускаються здобувачі, які не виконали всі види обов'язкових самостійних робіт, передбачених робочою

програмою, а також підсумкова оцінка якого становить менше 35 балів. Якщо студент набрав 35-59 балів, то він обов'язково складає залік. Якщо студент набрав 60-100 балів, то за наявності бажання підвищити рейтинг здобувач може скласти залік. Для підвищення позитивної оцінки надається одна спроба.

Критерії оцінювання відповідей студентів на заліку: правильність, точність, повнота відповіді; вільне володіння матеріалом; розуміння матеріалу курсу; вміння наводити приклади.

Остаточна оцінка рівня знань з навчальної дисципліни складається з рейтингу з навчальної роботи, для оцінювання якої призначається 100 балів, і рейтингу з атестації (залік) – не більше 25 % від кількості набраних балів за семестр.

Еквівалент оцінки в балах для кожної теми визначено в таблицях.

Розподіл балів, які отримують здобувачі освіти

													Підсумкові тести (МК)	Залік	Разом
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	25	не більше 25 % від кількості набраних балів за семестр.	100
5	5	5	5	5	5	5	10	5	10	5	5	5			

№	Тема	Усне опитування	Самостійна робота	Разом
1.	Тема 1 Вступ до психології. Методологія наукового дослідження у психології	4	1	5
2.	Тема 2. Проблема психіки та свідомості у психології	4	1	5
3.	Тема 3. Відчуття. Сприймання	4	1	5
4.	Тема 4. Пам'ять	4	1	5
5.	Тема 5. Мислення та мовлення	4	1	5
6.	Тема 6. Уява	4	1	5
7.	Тема 7. Увага	4	1	5
8.	Тема 8. Емоції. Почуття	9	1	10
9.	Тема 9. Воля та вольові якості особистості	4	1	5
10.	Тема 10. Темперамент. Характер	9	1	10
11.	Тема 11. Здібності	4	1	5
12.	Тема 12. Особистість	4	1	5
13.	Тема 13. Психологічний аналіз діяльності. Психологія спілкування	4	1	5
	Всього	62	13	75

Під час поточного контролю враховуються результати навчання здобувачів, отриманих ними у неформальній та інформальній освіті: навчання на відкритих онлайн-курсах, вебінарах; участь у семінарах, конференціях та ін.

Перезарахуванню можуть підлягати результати навчання отримані шляхом неформальної освіти, що за тематикою, обсягом вивчення та змістом відповідають як навчальній дисципліні в цілому, так і її окремому розділу, темі (темам), які передбачені робочою програмою навчальної дисципліни. Умовами для зарахування результатів навчання є такі:

- наявність сертифікату;
- відповідність змісту, компетентностей, результатів навчання освітньої послуги фаховому спрямуванню навчальної дисципліни (програмним компетентностям та програмним результатам навчання).

Перезарахування результатів навчання з окремих тем здійснюється в межах балів (викладач визначає кількість).

Для перезарахування результатів навчання з дисципліни (з усіх тем), отриманих у неформальній та інформальній освіті, здобувач подає декану факультету:

- заяву;
- завірені у встановленому порядку копії документів, що підтверджують участь здобувача у заході неформальної освіти (свідоцтва, сертифікати, дипломи тощо, які підтверджують ті вміння, які здобувач отримав під час навчання).
- опис заходів неформальної освіти (інформаційний лист, запрошення, програма тощо);
- опис змісту та результатів інформальної освіти.

Переведення результатів, отриманих за 100-бальною шкалою оцінювання, в 4-х бальну та шкалу за системою ECTS здійснюється за такою схемою:

10. Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Академічна доброчесність: Політика щодо академічної доброчесності учасників освітнього процесу формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності з урахуванням норм «Положення про дотримання академічної доброчесності науково-педагогічними працівниками та здобувачами освіти Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії» (затвердженого вченою радою Академії від 25.06.2019 року протокол №6).

11. Методичне забезпечення

1. Робоча програма.
2. Тести.
3. Методичні рекомендації для підготовки до виконання семінарських завдань
4. Навчально-методичні матеріали: діагностичний інструментарій.
5. Питання до екзамену.

12. Орієнтований перелік запитань до заліку з освітнього компонента

1. Предмет та завдання психології як науки, її значення у фізичному вихованні особистості.
2. Методи психології, їх характеристика та особливості використання в процесі спортивної діяльності.
3. Допоміжні методи дослідження: бесіда, анкетування, інтерв'ю, тестування.
4. Історія розвитку психологічної науки.
5. Виникнення та історичний розвиток свідомості людини.
6. Особистість, співвідношення понять “людина, особистість, індивідуальність”.
7. Мотивація спортивної діяльності: види та чинники формування..
8. Активність та спрямованість особистості, їх значення в розвитку фізичної культури.
9. Потреби, інтереси, світогляд та ідеали особистості.
10. Формування особистості в діяльності та спілкуванні на уроках фізичної культури.
11. Поняття про групи та колектив, психологічні фактори ефективної взаємодії в команді.
12. Роль самооцінки та самоконтролю на уроках фізичної культури.
13. Особистість і колектив, лідерство в спортивному колективі.
14. Поняття спілкування та міжособистісних відносин, психологічні особливості спілкування між тренером і спортсменом.
15. Психологічна сумісність, конфлікти та міжособистісні відносини на уроках фізичної культури.
16. Характер спортсмена: риси, що сприяють успіху у фізичній культурі.
17. Особливості темпераменту та їх вплив на спортивні досягнення.
18. Поняття про увагу та її значення під час занять фізичної культури.
19. Особливості відчуттів та сприймання у спортсменів.
20. Психологічна характеристика вольових якостей спортсмена.
21. Емоційні стани, причини виникнення та способи регуляції під час занять фізичною культурою.

22. Стрес та напруження в процесі спортивної діяльності, психологічні механізми подолання.
23. Особливості формування спортивної мотивації у дітей та підлітків.
24. Індивідуальний стиль діяльності спортсмена: поняття та прояви.
25. Формування здорового психологічного клімату в процесі занять фізичною культурою.
26. Спортивна агресія: причини прояву та шляхи подолання.
27. Роль фізичної активності у формуванні психологічного благополуччя особистості.

13. Рекомендована література

Основна

1. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. Київ : Центр учбової літератури, 2021. 388 с.
2. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум. Київ : Університетська книга, 2023. 352 с.
3. Максименко С. Д. Загальна психологія: підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2025. 272 с.
3. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. Київ : Ліра-К, 2020. 564 с.
4. Савчин М. В. Загальна психологія: навч. посіб. Київ : Альма матер, 2024. 352 с.
5. Отравенко, О. В. Психофізична підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності. Збірник наукових праць «Педагогічні науки». 2025. №109. С. 70-77.
6. Коваленко Ю. О., Омеляненко Г. А. Психолого-педагогічні основи фізичної культури і спорту : навчальний посібник. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 108 с.
7. Мозолєв О. М. Основи педагогічної майстерності вчителя фізичної культури : навчальний посібник. Хмельницький : Видавництво ХГПА, 2025. 126 с.

Допоміжна.

1. Старовойт І.Й. Вплив прив'язаності на особистісний розвиток дитини. Впровадження сучасних технологій в процесі забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти: збірник наукових праць/укладачі: Зданевич Л.В., Мисик О.С., Пісоцька Л.С.; за заг.ред. проф. Зданевич Л.В.. Хмельницький: ХГПА, 2025. 875 с. С.740-744
2. Старовойт І.Й. Особливості переживання відчуття самотності у студентської молоді. Психологія ХХІ століття: теоретичні та практичні дослідження : зб. наук. пр. / гол. ред. Л. Г. Білий. Хмельницький : Вид-во МАУП, 2025. Вип. 21.
3. Старовойт І.Й. Співзалежність як психологічний концепт. Психологія ХХІ століття: теоретичні та практичні дослідження: зб. наук. пр. / гол. ред. Л. Г. Білий. Хмельницький : Вид-во Хмельниц. ін-ту МАУП, 2024.
4. Старовойт І.Й. Особливості психологічного здоров'я молоді в умовах війни. Практична психологія ХХІ ст.: проблеми та перспективи : матеріали VIII міжвузівської науково-практичної конференції (м.

Хмельницький, 24 квітня 2024 року). (електронне видання). Хмельницький: кафедра психології ХГПА, 2024. С. 274-278.

5. Старовойт І.Й. Стресостійкість особистості як психологічний феномен. Актуальні проблеми психології підлітка: теорія та практика : зб. наук. пр. / гол. ред. Л. Г. Білий. Хмельницький: Вид-во МАУП, 2024. С. 295-306.

6. Старовойт І.Й. Тривожність як психологічний феномен реагування дитини на стресову ситуацію під час війни. Практична психологія ХХІ ст.: проблеми та перспективи : матеріали VIII міжвузівської науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 24 квітня 2024 року). (електронне видання). Хмельницький: кафедра психології ХГПА, 2024. С. 230-237.

7. Карамушка, Л. М., Креденцер, О. В., Терещенко, К. В. та ін. Технології забезпечення психічного здоров'я та благополуччя освітнього персоналу в умовах війни та післявоєнного відновлення. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 280 с.

8. Словник-довідник психологічних та психолого-педагогічних понять. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 520 с.

Інформаційні ресурси

Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>

Пошукова система Base <https://www.base-search.net/>

Система пошуку наукової інформації у відкритих архівах України (SSM)
<https://oai.org.ua/>