

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ
імені Івана Черняховського

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник навчально-наукового інституту фізичної
культури та спортивно-оздоровчих технологій
полковник

О.ПЕТРАЧКОВ

“ ____ ” _____ 2019 року

КАФЕДРА ТЕОРІЇ, МЕТОДИКИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ І СПОРТУ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1.1.03 ПСИХОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

для підготовки слухачів Національного університету оборони України імені Івана Черняховського (заочна форма навчання)

Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Ступінь вищої освіти	магістр
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Спеціалізації	Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах

I. РОЗПОДІЛ НАВЧАЛЬНОГО ЧАСУ ЗА СЕМЕСТРАМИ (ПІВРІЧЧЯМИ, КУРСАМИ) ТА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Півріччя (курси)		Усього годин занять	З них		У тому числі за видами навчальних занять						Курсові роботи	Диференційований залік, екзамен
			Під керівництвом НПП	Самостійна робота	Лекції	Семінарські заняття (круглі столи)	Групові вправи	Групові заняття	Практичні заняття, (СЗК)	Командно-штабні навчання		
1 курс		120	22	98	6	8	-	-	6	-	-	2
у тому числі	I збір	20	12	8	6	6	-	-	-	-	-	-
	I міжзборовий період	82	-	82	-	-	-	-	-	-	-	-
	II збір	18	10	8	-	2	-	-	6	-	-	2
Усього за навчальну дисципліну		120	22	98	6	8	-	-	6	-	-	2

II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Вид навчального заняття	Кількість годин	Із них		Номер півріччя (курсу навчання), шифри та назва вмінь і змістових модулів, номери та назва тем і навчальних занять, навчальні питання заняття, завдання для самостійної роботи	Матеріально-технічне забезпечення	Інформаційно-методичне забезпечення
			Під керівництвом викладача	Самостійні заняття			
1	2	3	4	5	6	7	8
		20	12	8	I навчальний збір		
		6	4	2	Тема 1. Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.		
1	Л-1	2	2	-	<p><u>Тема 1. Заняття 1.</u> Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історичні передумови та методологічні основи побудови психології фізичного виховання і спорту. 2. Основні напрями психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті. 3. Термінологічний апарат ПФВС. 4. Актуальні проблеми психологічної підготовки спортсменів. 5. Психічна адаптація та закономірності її формування у спортсменів. 6. Гендерні психологічні особливості в спорті. 	Комп'ютер, мультимедійний проектор, слайди, указка	Методичні розробки [1, 9]
2	СЗ-1	2	-	2	<p><u>Тема 1. Заняття 2.</u> Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історичні передумови та методологічні основи побудови психології фізичного виховання і спорту. 2. Основні напрями психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті. 3. Термінологічний апарат ПФВС. 4. Актуальні проблеми психологічної підготовки спортсменів. 5. Психічна адаптація та закономірності її формування у спортсменів. 6. Гендерні психологічні особливості в спорті. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1, 9]

1	2	3	4	5	6	7	8
3	С-1	2	2	-	<p><u>Тема 1. Заняття 3.</u> Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історичні передумови та методологічні основи побудови психології фізичного виховання і спорту. 2. Основні напрями психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті. 3. Термінологічний апарат ПФВС. 4. Актуальні проблеми психологічної підготовки спортсменів. 5. Психічна адаптація та закономірності її формування у спортсменів. 6. Гендерні психологічні особливості в спорті. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1, 9]
		10	6	4	Тема 2. Психодіагностика та психокорекція у фізичному вихованні і спорті.		
4	Л-2	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 1.</u> Психодіагностика та психокорекція у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історичні аспекти формування психодіагностики як науки та особливості її застосування у спортивній діяльності. Ключові напрями психодіагностики у фізичному вихованні і спорті. 2. Характеристика сучасних методів психодіагностики, особливості та умови їх використання у спортивній практиці. Психологічний відбір та орієнтація у спорті. 3. Сучасні напрями вдосконалення спортивної діяльності методом психологічного тренінгу. Психологічне консультування. 4. Основні психотерапевтичні підходи і методи, що використовуються в процесі підготовки спортсменів. 5. Обґрунтування вибору психологічних засобів і методів для забезпечення підготовки спортсменів. 	Комп'ютер, мультимедійний проектор, слайди, указка	Методичні розробки [1,9]
5	СЗ-2	2	-	2	<p><u>Тема 2. Заняття 2.</u> Психодіагностика у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історичні аспекти формування психодіагностики як науки та особливості її застосування у спортивній діяльності. 2. Ключові напрями психодіагностики у фізичному вихованні і спорті. 3. Характеристика сучасних методів психодіагностики, особливості та умови їх використання у спортивній практиці. 4. Психологічний відбір та орієнтація у спорті. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1, 9]
6	С-2	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 3.</u> Психодіагностика у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історичні аспекти формування психодіагностики як науки та особливості її застосування у спортивній діяльності. 2. Ключові напрями психодіагностики у фізичному вихованні і спорті. 3. Характеристика сучасних методів психодіагностики, особливості та умови їх використання у спортивній практиці. 4. Психологічний відбір та орієнтація у спорті. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1, 9]

1	2	3	4	5	6	7	8
7	СЗ-3	2	-	2	<p><u>Тема 2. Заняття 4.</u> Психокорекція у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Огляд сучасних напрямів психокорекції в спорті. 2. Сучасні напрями вдосконалення спортивної діяльності методом психологічного тренінгу. 3. Психологічне консультування. 4. Основні психотерапевтичні підходи і методи, що використовуються в процесі підготовки спортсменів. 5. Обґрунтування вибору психологічних засобів і методів для забезпечення підготовки спортсменів. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1, 9]
8	С-3	2	2	-	<p><u>Тема 2. Заняття 5.</u> Психокорекція у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Огляд сучасних напрямів психокорекції в спорті. 2. Сучасні напрями вдосконалення спортивної діяльності методом психологічного тренінгу. 3. Психологічне консультування. 4. Основні психотерапевтичні підходи і методи, що використовуються в процесі підготовки спортсменів. 5. Обґрунтування вибору психологічних засобів і методів для забезпечення підготовки спортсменів. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1, 9]
		4	2	2	Тема 3. Вольова підготовка у психологічному забезпеченні спортсмена. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.		
9	Л-3	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 1.</u> Вольова підготовка у психологічному забезпеченні спортсмена. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сучасні підходи до визначення місця вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів. Структура вольових якостей спортсменів з урахуванням їх психологічної спрямованості. 2. Взаємозв'язок вольових якостей і типу рухової активності. Домінуючі вольові якості у спортсменів в різних видах спорту. 3. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і спортивну діяльність. Теорія В.Райха, сутність та принципи. Методи усунення м'язових блоків. 4. Психосоматична карта страхів. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів. 5. Фізичні вправи, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена. 	Комп'ютер, мультимедійний проектор, слайди, указка	Методичні розробки [1-10]

1	2	3	4	5	6	7	8
10	СЗ-4	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 2.</u> Вольова підготовка у психологічному забезпеченні спортсмена. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.</p> <p>1. Сучасні підходи до визначення місця вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів. Структура вольових якостей спортсменів з урахуванням їх психологічної спрямованості.</p> <p>2. Взаємозв'язок вольових якостей і типу рухової активності. Домінуючі вольові якості у спортсменів в різних видах спорту.</p> <p>3. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і спортивну діяльність. Теорія В.Райха, сутність та принципи. Методи усунення м'язових блоків.</p> <p>4. Психосоматична карта страхів. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів.</p> <p>5. Фізичні вправи, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена.</p>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]
		82	-	82	I міжзборовий період		
		20	-	20	Тема 1. Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.		
		20	-	20	Тема 2. Психодіагностика та психокорекція у фізичному вихованні і спорті.		
		24	-	24	Тема 3. Вольова підготовка у психологічному забезпеченні спортсмена. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.		
		18	-	18	Розроблення магістерської роботи		
		18	10	8	II навчальний збір		
		16	8	8	Тема 3. Вольова підготовка у психологічному забезпеченні спортсмена. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.		
11	С-4	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 3.</u> Вольова підготовка як основа для формування стану готовності спортсмена.</p> <p>1. Сучасні підходи до визначення місця вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів.</p> <p>2. Структура вольових якостей спортсменів з урахуванням їх психологічної спрямованості.</p>	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]

1	2	3	4	5	6	7	8
12	СЗ-5	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 4.</u> Вольова підготовка як основа для формування стану готовності спортсмена.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сучасні підходи до визначення місця вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів. 2. Структура вольових якостей спортсменів з урахуванням їх психологічної спрямованості. 3. Взаємозв'язок вольових якостей і типу рухової активності. 4. Домінуючі вольові якості у спортсменів в різних видах спорту. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]
13	ПЗ-1	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 5.</u> Вольова підготовка як основа для формування стану готовності спортсмена.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Взаємозв'язок вольових якостей і типу рухової активності. 2. Домінуючі вольові якості у спортсменів в різних видах спорту. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]
14	СЗ-6	2	-	2	<p><u>Тема 3. Заняття 6.</u> Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і спортивну діяльність. 2. Теорія В.Райха, сутність та принципи. 3. Методи усунення м'язових блоків. 4. Психосоматична карта страхів. 5. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів. 6. Фізичні вправи, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]
15	ПЗ-2	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 7.</u> Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і спортивну діяльність. 2. Теорія В.Райха, сутність та принципи. 3. Методи усунення м'язових блоків. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]
16	ПЗ-3	2	2	-	<p><u>Тема 3. Заняття 8.</u> Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психосоматична карта страхів. 2. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів. 3. Фізичні вправи, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена. 	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	Методичні розробки [1-10]

1	2	3	4	5	6	7	8
17	СЗ-7	4	-	4	<u>Тема 3. Заняття 9.</u> Підготовка до диференційованого заліку.	Друковані матеріали та інформація на електронних	Методичні розробки [1-10]
18	ДЗ	2	2	-	Диференційований залік 1. Відповідь на питання теми № 1. 2. Відповідь на питання теми № 2. 3. Відповідь на питання теми № 3.	Друковані матеріали та інформація на електронних	

III. ІНФОРМАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Височіна Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті : монографія / Н. Л. Височіна. – Київ : Центр учбової літератури, 2017. – 384 с.
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – [5-е изд.]. – Сов. спорт, 2010. – 340 с.
3. Найдиффер Р.М. Психология соревнующегося спортсмена – М.: Физкультура и спорт – 1979 – 224 с.
4. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808с.
6. Платонов В.Н. Допинг и эргогенные средства в спорте. – К., Олимпийская литература, 2003, - 576 с.
7. Платонов В.Н. Олимпийский спорт /Платонов В.Н., М.М. Булатов, С.Н. Бубка. – К.: Олимпийская литература, 2009. – т.1 – 736 с.
8. Платонов В.Н. Олимпийский спорт /Платонов В.Н., М.М. Булатов, С.Н. Бубка. – К.: Олимпийская литература, 2009. – т.2 – 696с.
9. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта / А.В. Родионов. – М.: Фонд Мир, 2004. – 571 с.
10. Vysochina N. Psychological support in the system of preparation of highly skilled athletes in olympic sport / Nadiia Vysochina // Sport. Olympism. Health: materials of the International Scientific Congress, Іnd edition, 26–28 окт. 2017 г., Кишинев. – Кишинев, 2017. – Р. 143.

IV. ЗАСОБИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Навчальним планом для підготовки слухачів заочної форми навчання зі спеціальності “Фізична культура і спорт” передбачений на 2 зборі – диференційований залік.

Контроль успішності та якості підготовки курсантів включає:

- поточний контроль;
- самоконтроль;
- підсумковий контроль.

Засоби поточного контролю.

Перелік тем рефератів:

1. Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.
2. Основні напрями психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.
3. Актуальні проблеми психологічної підготовки спортсменів.
4. Психічна адаптація та закономірності її формування у спортсменів.
5. Гендерні психологічні особливості спортсменів та їх вплив на змагальну діяльність.
6. Ключові напрями психодіагностики у фізичному вихованні і спорті, їх відмінності та умови реалізації.
7. Характеристика сучасних методів психодіагностики, особливості та умови їх використання у спортивній практиці.
8. Психологічний відбір та орієнтація у спорті.
9. Огляд сучасних напрямів психокорекції в спорті.
10. Сучасні напрями вдосконалення спортивної діяльності методом психологічного тренінгу.
11. Застосування психотерапевтичних підходів і методів у процесі підготовки спортсменів.
12. Обґрунтування вибору психологічних засобів і методів для забезпечення підготовки спортсменів.
13. Вольова підготовка як основа для формування стану готовності спортсмена.
14. Огляд сучасних підходів до визначення місця вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів.
15. Взаємозв'язок вольових якостей спортсменів і специфіки змагальної діяльності.
16. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.
17. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і спортивну діяльність.
18. Методи усунення м'язових блоків у фізичному вихованні і спорті.
19. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів.
20. Фізичні вправи, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена.

Перелік тем фіксованих доповідей та індивідуальних завдань:

1. Програма психологічної підготовки в обраному види спорту.
2. Психічна адаптація, особливості її формування у спортсменів в обраному види спорту.
3. Гендерні психологічні особливості спортсменів та їх вплив на змагальну діяльність в обраному види спорту.
4. Обґрунтування комплексу психодіагностичних методів в обраному види спорту.
5. Психологічний відбір та орієнтація в обраному види спорту.
6. Програма вдосконалення спортивної діяльності методом психологічного тренінгу в обраному види спорту.
7. Застосування психотерапевтичних підходів і методів у процесі підготовки спортсменів в обраному види спорту.
8. Обґрунтування вибору психологічних засобів і методів для забезпечення підготовки спортсменів.
9. Вольова підготовка як основа для формування стану готовності спортсмена.
10. Програма вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів в обраному види спорту.
11. Вольова підготовка у бойових мистецтвах культур різних країн.
12. Взаємозв'язок вольових якостей спортсменів і специфіки змагальної діяльності.
13. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.
14. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і змагальну діяльність в обраному види спорту.
15. Обґрунтування програми корекції м'язових блоків в обраному види спорту.
16. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів.
17. Обґрунтування комплексу фізичних вправ, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена в обраному види спорту.

Засоби підсумкового контролю.

Перелік типових питань для проведення диференційованого заліку.

1. Специфіка психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.
2. Історичні передумови та методологічні основи побудови психології фізичного виховання і спорту.
3. Основні напрями психологічної підготовки у фізичному вихованні і спорті.
4. Характеристика ключових понять ПФВС.
5. Актуальні проблеми психологічної підготовки спортсменів.
6. Психічна адаптація та закономірності її формування у спортсменів.
7. Гендерні психологічні особливості в спорті.
8. Історичні аспекти формування психодіагностики як науки та особливості її застосування у спортивній діяльності.
9. Ключові напрями психодіагностики у фізичному вихованні і спорті.
10. Характеристика сучасних методів психодіагностики, особливості та умови їх використання у спортивній практиці.

11. Психологічний відбір та орієнтація у спорті.
12. Огляд сучасних напрямів психокорекції в спорті.
13. Сучасні напрями вдосконалення спортивної діяльності методом психологічного тренінгу.
14. Психологічне консультування, особливості застосування.
15. Основні психотерапевтичні підходи і методи, що використовуються в процесі підготовки спортсменів.
16. Обґрунтування вибору психологічних засобів і методів для забезпечення підготовки спортсменів.
17. Вольова підготовка як основа для формування стану готовності спортсмена.
18. Сучасні підходи до визначення місця вольової підготовки у психологічному забезпеченні спортсменів.
19. Структура вольових якостей спортсменів з урахуванням їх психологічної спрямованості.
20. Взаємозв'язок вольових якостей і типу рухової активності.
21. Домінуючі вольові якості у спортсменів в різних видах спорту.
22. Психосоматичні аспекти формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті.
23. Психосоматика та її вплив на фізичний стан спортсмена і спортивну діяльність.
24. Теорія В.Райха, сутність та принципи.
25. Методи усунення м'язових блоків у фізичному вихованні і спорті.
26. Психосоматична карта страхів, характеристика та особливості застосування у фізичному вихованні і спорті.
27. Психокорекція психосоматичних проявів у спортсменів.
28. Фізичні вправи, що сприяють відновленню психоемоційного та фізичного стану спортсмена.

Диференційований залік включає в себе два теоретичних питання та одне практичне завдання:

- перше питання – одне із питань теми № 1;
- друге питання – питання з теми № 2;
- третє питання – питання з теми № 3.

V. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З ІНШИМИ НАВЧАЛЬНИМИ ДИСЦИПЛІНАМИ

Предметом дисципліни “Психологія фізичного виховання і спорту” є вивчення психологічних аспектів (засобів, методів, принципів, умов реалізації тощо) фізичного виховання та спортивної підготовки, а також закономірностей прояву, розвитку і формування психіки військовослужбовців в специфічних навчальної-бойовій, учбово-тренувальній та змагальній діяльності.

Науковим фундаментом (науково-методологічною основою) навчальної дисципліни “Психологія фізичного виховання і спорту” є вимоги законодавчих та інших нормативно-правових актів України з питань фізичної культури та спорту, а також передових теоретичних розробок сучасної світової та вітчизняної науки з психології фізичного виховання і спорту у тісному взаємозв'язку з особливостями тренувальної та змагальної діяльності військових спортсменів.

Базисом навчальної дисципліни є закономірності, що вивчаються такими науками як загальна теорія фізичного виховання, медико-біологічні дисципліни, педагогіка, психологія тощо. За своєю науковою спрямованістю дисципліна “Психологія фізичного виховання і спорту” належить до системи педагогічних наук, що обґрунтовують свої положення соціальними, психологічними та біологічними закономірностями.

Міждисциплінарні зв'язки: вивчення дисципліни знаходять своє відображення у тісній взаємодії з тематикою дисциплін: “Теорія і методика викладання фізичного виховання” та “Теорія і організація фізичної підготовки у військах (силах)”.

Механізм реалізації кінцевої мети, досягнення необхідного рівня знань та сформованості вмінь ґрунтується на використанні індивідуального підходу до навчання кожного окремого слухача, мотивованого спонукання слухачів до необхідності самостійного розв'язання проблемних питань, які пропонуються викладачем та постійного фізичного самовдосконалення.

Основними видами занять з навчальної дисципліни є лекції, семінарські заняття, практичні заняття, самостійні заняття, диференційований залік.

На лекційних заняттях слухачі отримують знання з найбільш складних питань кожного розділу навчальної програми: специфіки психологічної підготовки та психосоматичних аспектів формування стану готовності у фізичному вихованні і спорті, характеристики та алгоритму психодіагностики та психокорекції у фізичному вихованні і спорті, особливостей вольової підготовки як основи для формування стану готовності спортсмена тощо.

Семінарські заняття проводяться з основних і найбільш складних питань програми навчальної дисципліни. Основним завданням семінарських занять є поглиблення і закріплення знань, одержаних слухачами на лекціях і в процесі самостійної роботи над навчальною та науковою літературою щодо тематики дисципліни, формування вмінь з пошуку, узагальнення, критичного аналізу навчального матеріалу, формулювання і захисту своїх поглядів з питань, які розглядаються.

Практичні заняття проводяться з метою засвоєння слухачами теоретичних положень навчальної дисципліни, набуття практичних та методичних умінь шляхом індивідуального виконання спеціально сформульованих завдань з питань психологічного забезпечення підготовки військовослужбовців під час зайняття фізичним вихованням і спортом.

Самостійні заняття слухачів передбачають виконання ними завдань, які сприяють відпрацюванню та засвоєнню навчального матеріалу, закріпленню та поглибленню отриманих знань та практичних умінь. Під час самостійних занять слухачі виконують індивідуальні завдання, які винесені за межі лекційного курсу та висвітлюються у доступній методичній літературі.

Контроль знань та вмінь є складовою частиною навчального процесу і органічно взаємопов'язаний з засвоєнням навчального матеріалу та формуванням професійної майстерності слухачів. Головна мета контролю полягає у забезпеченні належного рівня придбаних слухачами знань, міцності сформованих у них вмінь та навичок.

Кількість контрольних заходів, форми їх проведення, періодичність доводяться на початку вивчення дисципліни та навчального семестру.

Оцінка рівня підготовленості слухачів під час складання диференційованого заліку складається з оцінок, одержаних за відповідь на теоретичне питання і виконання практичного завдання, і оцінюються за результатами відповідей на кожне з питань відповідної теми за 100-бальною шкалою, національною шкалою та шкалою ЄКТС (табл. 1):

Таблиця 1

Шкала оцінювання

За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS	За національною шкалою	За 4-бальною шкалою
90-100	A	відмінно	відмінно
80-89	B	дуже добре	добре
65-79	C	добре	
55-64	D	задовільно	задовільно
50-54	E	достатньо задовільно	
35-49	FX	незадовільно	незадовільно
1-34	F	незадовільно	незадовільно

“96-100” – слухач має системні, глибокі знання, практичні уміння, виявляє неординарні творчі здібності, вміє формулювати і визначати шляхи розв'язування проблеми, виявляє власне ставлення до них;

“90-95” – слухач має глибокі знання, практичні уміння, здатний аргументовано і творчо використовувати їх у нестандартних ситуаціях, вміє формулювати і визначати шляхи розв'язування проблеми;

“80-89” – слухач володіє глибокими теоретичними знаннями та практичними уміннями з зазначених питань співбесіди, здатний аргументовано їх використовувати;

“75-79” – слухач вільно володіє матеріалом, застосовує знання та практичні уміння в дещо зміненій інтерпретації, використовує загальновідомі докази у власній аргументації;

“65-74” – знання та практичні уміння слухача є достатньо повними, слухач вміє правильно аналізувати теоретичний матеріал, робити висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але з деякими неточностями;

“60-64” – слухач правильно, логічно відтворює матеріал, застосовує знання та практичні уміння у стандартних ситуаціях, розуміє основні теоретичні положення, вміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок;

“55-59” – слухач виявляє знання і розуміння основних положень теоретичного матеріалу, вміє застосовувати знання та практичні уміння при розв'язанні завдань за зразком. Відповідь його правильна, але недостатньо обґрунтована;

“50-54” – слухач розуміє основний теоретичний матеріал з зазначених питань співбесіди, здатний з помилками й неточностями дати відповідь на питання та виконати практичне завдання;

“40-49” – слухач знає близько половини теоретичного матеріалу, під час викладення матеріалу допускає суттєві неточності, для надання правильних відповідей йому потрібна допомога викладача, практичне завдання виконано невпевнено і з грубими помилками;

“35-39” – слухач відтворює менше половини матеріалу, дає відповіді з допомогою членів комісії, практичне завдання не виконано;

“15-34” – слухач фрагментарно відтворює незначну частину теоретичного матеріалу з зазначених питань співбесіди, виявляє невпевненість і неточність у відповідях на додаткові й навідні питання;

“0-14” – слухач не розрізняє об’єкта теоретичного матеріалу, не може дати відповідь на елементарні питання.

Слухачі, які не склали диференційований залік з поважних причин, ліквідують академічну заборгованість у термін, встановлений начальником університету. Повторне складання диференційованого заліку допускається не більше двох разів. Друге повторне його складання приймає комісія, яка створюється начальником кафедри.

Розглянуто і ухвалено на засіданні кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту

Протокол від “___” _____ 2019 року №___

Начальник кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту
підполковник

Н.ВЕРБИН

“___” _____ 2019 року.