

Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту
Кафедра спорту та фітнесу

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

з дисципліни **«ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СПОРТИВНОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ»**

Курс:	2
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Освітній рівень	другий (магістерський)
Освітня програма:	«Тренерська діяльність та спортивна підготовка»
Форма проведення:	комп'ютерне тестування
Тривалість проведення:	2 год.
Максимальна кількість балів:	40 балів

ПРОГРАМА ЕКЗАМЕНУ

з дисципліни «ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ»

Критерії оцінювання знань студентів

Форма проведення – комп'ютерне тестування.

Екзаменаційне завдання складається з:

- *тестових запитань* (40 питань), що автоматично, випадковим чином генеруються з банку тестових питань у системі дистанційного навчання Moodle (з перемішуванням варіантів відповідей). Результати оцінювання навчальних досягнень кожного студента автоматично заносяться до електронного журналу після тестування.

Час складання екзамену:

- тестування 40 хвилин (по 1 хвилині на питання).

Кількість спроб – 1.

*Екзамен може проводитись дистанційно.

Максимальна кількість балів за екзамен – 40 балів. Критерії оцінювання – розподіл балів: тестові питання з варіантами відповідей – 40 балів (1 питання – 1 бал).

ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ТЕМ, ЗА ЯКИМИ СФОРМОВАНІ ТЕСТОВІ ПИТАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ:

1. Розкрийте психологічну сутність спортивної діяльності.
2. Опишіть особливості впливу спортивної діяльності на людину як на індивіда.
3. Проаналізуйте зміст та завдання психологічного супроводу підготовки в спорті.
4. Надайте характеристику формам психологічного супроводу спортсмена.
5. Проаналізуйте етапи психологічного супроводу спортивної команди.
6. Розкрийте сутність психологічної підготовки в спорті.
7. Розкрийте значення зміст та особливості загальної психологічної підготовки.
8. Поясніть поняття «спеціальна психологічна підготовка».
9. Надайте характеристику спортивному профвідбору та психологічному відбору відносно спортивної перспективності спортсмена.
10. Надайте характеристику етапам психологічного обґрунтованого відбору.
11. Опишіть методи психологічного дослідження.
12. Охарактеризуйте вимоги до вибору методів психологічної діагностики та організації дослідження.
13. Охарактеризуйте вимоги до методів психодіагностики, що пов'язані з прогнозом змагальних результатів.

14. Надайте характеристику причинам діагностичних помилок.
15. Опишіть правила проведення психодіагностичного обстеження в спорті.
16. Характеристика мети та особливостей психологічного контролю в спорті.
17. Опишіть види комплексного психологічного контролю в спорті.
18. Надайте характеристику видам організації та перебігу психологічного контролю в спорті.
19. Надайте характеристику особливостям психологічного моделювання в спорті.
20. Розкрийте мету та зміст психоспортограми на прикладі виду спорту.
21. Проаналізуйте особливості складання психограми особистості спортсмена.
22. Розкрийте поняття про психорегуляцію та її завдання.
23. Надайте характеристику методам психологічної регуляції.
24. Доведіть необхідність застосування ідеомоторного тренування в спорті.
25. Розкрийте поняття «психом'язове тренування».
26. Надайте характеристику аутогенного тренування.
27. Розкрийте поняття «психофізичне тренування».
28. Проаналізуйте поняття «психокорекція».
29. Надайте психологічну характеристику спортивної команди (на прикладі виду спорту).
30. Опишіть шляхи створення сприятливої психологічної атмосфери у спортивній команді.
31. Проаналізуйте причини конфліктності у спортивній команді.
32. Розкрийте особливості спілкування в спортивних командах.
33. Поясніть суть психологічного керівництва в спорті.
34. Поясніть функції тренера як керівника команди.
35. Наведіть якості особистості тренера які впливають на спортивну діяльність.
36. Опишіть стилі керівництва тренера.

Рекомендовані джерела

Основна:

1. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності: Монографія. – Вінниця: ВНАУ, 2020. – 240 с.
2. Татьянчиков А. О., Бедан В.Б. Психодіагностика: навчально-методичні рекомендації (в допомогу до самостійної роботи для здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра факультету психології, політології та соціології) ; кафедра психології НУ «Одеська юридична академія». – Одеса : Фенікс, 2021. – 59 с.
3. Осіпова, О. (2024). Роль психолога в ігрових видах спорту. *Universum*, (12), 100–104. з <https://archive.liga.science/index.php/universum/article/view/1212>
4. Зайцева Ю., Момот О., Новік С. (2023). Психолого-педагогічний супровід спортсменів. *SWorldJournal*. 38-43. 10.30888/2663-5712.2023-21-03-044

5. Яцук, Н., & Федорова, О. (2023). Діяльність сучасного психолога в спорті та поняття психодіагностики як один із видів діяльності психолога в спортивній сфері. *Scientific Collection «InterConf»*, (142), 261–265. Retrieved from <https://archive.interconf.center/index.php/conference-proceeding/article/view/2372>
6. J. K. Manuel, D. Ernst, T. Rousmaniere, A. Vaz Deliberate Practice in Motivational Interviewing, 2022, 196 p.
7. R. Areesesh, R. Gurung, G. Neufeld Transforming Introductory Psychology: Expert Advice on Teacher Training, Course Design, and Student Success, 2021, 295 p.
8. Standage, M. (2023). “Self-determination theory applied to sport” in The Oxford handbook of self-determination theory. ed. R. M. Ryan (New York, NY: Oxford University Press), 701–723.
9. Pilkington, V., Rice, S., Olive, L. et al. Athlete Mental Health and Wellbeing During the Transition into Elite Sport: Strategies to Prepare the System. *Sports Med - Open* 10, 24 (2024). <https://doi.org/10.1186/s40798-024-00690-z>

Додаткова література:

1. Психодіагностика та скринінг психічного здоров'я з основами психометрики : методичні рекомендації для підготовки до навчальних занять здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки спеціальності 053 Психологія / Укладач: О. В. Мазяр. Житомир : Видво ЖДУ, 2023. – 117 с.
2. C. Robazza, M. C. Ruiz, L. Bortoli, Psychobiosocial experiences in sport: Development and initial validation of a semantic differential scale, *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 55, 2021, 101963, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101963>.
3. Catherine M. Sabiston, Kristen M. Lucibello, David Kuzmochka-Wilks, Alyona Koulanova, Eva Pila, Allison Sandmeyer-Graves, Drew Maginn, What's a coach to do? Exploring coaches' perspectives of body image in girls sport, *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 48, 2020, 101669, <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101669>.
4. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2019-2022.
5. John G.H. Dunn, John K. Gotwals, Janice Causgrove Dunn, Michael R. Lizmore. (2022) Perceived parental pressure and perceived coach pressure in adolescent and adult sport. *Psychology of Sport and Exercise* 59, pages 102100.
6. Pankow, K., Mosewich, A. D., McHugh, T.-L. F., & Holt, N. L. (2022). The role of mental health protection and promotion among flourishing Canadian university sport coaches. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 11(1), 28–43. <https://doi.org/10.1037/spy0000277>
7. *Psychology of Sport and Exercise*, 2019-2022.
8. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2019-2022.
9. Robazza C, Morano M, Bortoli L and Ruiz MC (2023) Athletes' basic psychological needs and emotions: the role of cognitive reappraisal. *Front. Psychol.* 14:1205102. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1205102

10. Vansteenkiste, M., Soenens, B., and Ryan, R. M. (2023). "Basic psychological needs theory: a conceptual and empirical review of key criteria" in The Oxford handbook of self-determination theory. ed. R. M. Ryan (New York, NY: Oxford University Press), 84–123.
11. Standage, M. (2023). "Self-determination theory applied to sport" in The Oxford handbook of self-determination theory. ed. R. M. Ryan (New York, NY: Oxford University Press), 701–723.
12. Schüler, J., Wolff, W., and Duda, J. L. (2023). "Intrinsic motivation in the context of sports" in Sport and exercise psychology: theory and application. eds. J. Schüler, M. Wegner, H. Plessner, and R. C. Eklund (Cham: Springer), 171–192.
13. Takuya Endo, Hiroshi Sekiya, Chiaki Raima, Psychological pressure on athletes during matches and practices, Asian Journal of Sport and Exercise Psychology, Volume 3, Issue 3, 2023, Pages 161-170, ISSN 2667-2391, <https://doi.org/10.1016/j.ajsep.2023.07.002>.

Екзаменатор:



к.н.ф.в.с., доцент Смоляр І.І.

Завідувач кафедри:



к.н.ф.в.с., доцент Білецька В.В.