

Київський 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).

#### **ОРИЄНТОВНИЙ 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**

### ***Основні:***

1. Гринь О..Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: Навч. посібник.—К.:Олімпійська література, 2014. - с.
2. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності: Монографія. – Вінниця: ВНАУ, 2020. – 240 с.
3. 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.
4. J. K. Manuel, D. Ernst, T. Rousmaniere, A. Vaz Deliberate Practice in Motivational Interviewing, 2022, 196 p.

5. The Other Side of Psychotherapy: Understanding Clients' Experiences and Contributions in Treatment. 2022, 420 p.
6. R. Areesesh, R. Gurung, G. Neufeld Transforming Introductory Psychology: Expert Advice on Teacher Training, Course Design, and Student Success, 2021, 295 p.

***Додаткові:***

1. 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>.
2. 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>.
3. International Review of Sport and Exercise Psychology, 2019-2022.
4. 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.
5. 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>
6. Psychology of Sport and Exercise, 2019-2022.
7. Sport, Exercise, and Performance Psychology, 2019-2022.

Екзаменатор:

к.психол.н, доцент Поляничко О.М.

Завідувач кафедри:

к.н.ф.в.с., доцент Білецька В.В.