

ЗАТВЕРДЖЕНО  
Методичною радою  
університету  
від 26.02.2020  
(протокол №5)



**Силабус**  
навчальної дисципліни  
**Психологія**  
2023-2024 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт  
Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт  
Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка  
Рівень вищої освіти: перший

<b>Викладач</b>	Ірина ЧЕРЕЗОВА
<b>Посилання на сайт</b>	bdpu.org.ua <a href="http://bdpu.org/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psihologiya/">http://bdpu.org/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psihologiya/</a>
<b>Контактний тел.</b>	0665134464
<b>Е-mail викладача:</b>	irina.cherezova69@gmail.com
<b>Графік консультацій</b>	Індивідуальний

**Обсяг курсу на поточний навчальний рік:**

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
6/180	30	30	120	екзамен

**Семестр:** весінній

**Мова навчання:** українська

**Ключові слова:** психологія, психіка, свідомість, психічні процеси, психічні стани, психічні властивості, вікова періодизація, навчання, виховання, педагогічна діяльність.

**Мета та предмет курсу:**

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Психологія» є забезпечення загальної теоретичної та практичної підготовки здобувачів вищої освіти у галузі загальної, вікової та педагогічної психології.

**Предметом** психології є закономірності та механізми психіки, її вікова динаміка, психологічні основи навчання, виховання та педагогічної діяльності.

**Основні завдання** вивчення навчальної дисципліни «Психологія» :

- 1) опанування знаннями про закономірності та особливості психічного життя людини;
- 1) сприяння розумінню єдності, цілісності, взаємозв'язку всіх психічних явищ, їх механізмів та закономірностей як невід'ємних складових психічного розвитку особистості;
- 2) усвідомлення соціальної сутності особистості та впливу соціальних чинників на її становлення;
- 3) розкриття закономірностей та специфіки вікового розвитку особистості;
- 4) вивчення психологічних аспектів процесів навчання і виховання, їх особливостей в сучасному освітньому просторі;
- 5) розкриття специфіки педагогічної діяльності, її змісту та функцій;
- 6) сприяння усвідомленню значущості оволодіння студентами психологічними знаннями як важливими для їх майбутнього професійного становлення;
- 7) сприяння самовдосконаленню та самореалізації студентської молоді в різних аспектах життєдіяльності;
- 8) розвиток професійних якостей особистості.

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Психологія» студент буде **знати:**

- 1) фундаментальні світоглядні основи психології як науки;
- 1) методи психологічного дослідження;
- 2) закономірності розвитку особистості, її виховання та формування в онтогенезі;
- 3) структуру індивідуальності та шляхи їх розвитку;
- 4) вікові закономірності розвитку психіки та її прояви;
- 5) психологічні основи навчання та виховання.

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Психологія» студент буде **вміти:**

- 1) аналізувати та оцінювати психічні явища у практичних ситуаціях;
- 1) досліджувати прояви та рівні розвитку особистості на різних вікових етапах;
- 2) проводити спостереження за рівнем сформованості когнітивних процесів особистості, її емоційно-вольової сфери;

- 3) володіти психологічним інструментарієм та застосовувати його в процесі професійної діяльності або навчання;
- 4) удосконалювати навички самостійної навчальної діяльності в галузі психології;
- 5) на основі психологічних знань будувати співпрацю з колегами, представниками інших культур, релігій, політичних напрямків тощо;
- 6) на основі самопізнання формувати власний стиль вирішення складних спеціалізованих задач та практичних проблем у процесі професійної діяльності або навчання.

**Основні результати навчання і компетентності згідно з вимогами освітньо-професійної програми:**

<i>Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач</i>	<i>Програмні результати навчання</i>
<p>11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>13. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.</p> <p>14. Здатність до безперервного професійного розвитку.</p> <p>15. Здатність до організації та здійснення тренувального процесу в обраному виді спорту, використання технологій проектування структури і змісту професійної діяльності, прогнозування її результатів.</p>	<p>4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.</p> <p>17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.</p> <p>18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>19. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.</p> <p>21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.</p>

## Зміст курсу

### Модуль 1. Загальна психологія

**Тема 1. Вступ до психології.** Визначення психології як науки та її завдання. Рефлекторна природа психіки. Психіка і свідомість. Основні галузі психологічних знань. Зв'язок психології з іншими науками. Основні напрями в сучасній психології. Основні вимоги до методів психології. Основні та додаткові методи психології. Розвиток психіки і свідомості. Історичний розвиток людської свідомості.

**Тема 2. Особистість у діяльності та спілкуванні.** Поняття про особистість та її структуру. Активність особистості та її джерела. Розвиток і виховання особистості. Поняття про групи. Міжособистісні сосунки у групі. Поняття про діяльність. Зміст і структура діяльності. Засоби діяльності. Основні види діяльності людини. Поняття про спілкування. Засоби спілкування. Функції спілкування. Різновиди спілкування.

**Тема 3. Пізнавальні психічні процеси.** Поняття про увагу. Функції уваги. Природа уваги. Види уваги. Властивості уваги. Поняття про відчуття. Фізіологічні механізми відчуттів. Класифікація та види відчуттів. Властивості і закономірності відчуттів. Поняття про сприймання. Рефлекторна природа сприймань. Види сприймання. Властивості сприймання. Поняття про пам'ять. Природа пам'яті. Теорії і закони пам'яті. Класифікація та види пам'яті. Характеристики процесів пам'яті. Індивідуальні особливості пам'яті. Поняття про мислення. Розумові дії та операції. Форми мислення. Види мислення. Індивідуальні відмінності в мисленні людей. Поняття про уяву. Фізіологічні основи уяви. Основні прийоми створення образів уяви. Класифікація та види уяви. Індивідуальні особливості уяви.

**Тема 4. Емоційно-вольові процеси.** Поняття про почуття та емоції. Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів. Види емоцій та почуттів. Форми переживання емоцій і почуттів. Вищі почуття. Поняття про волю. Функції волі. Природа волі. Довільні дії та їх особливості. Основні фази складної вольової дії. Індивідуальні особливості волі людини.

**Тема 5. Індивідуально-психологічні особливості особистості.** Поняття про темперамент. Фізіологічні основи темпераменту. Тип ВНД і темперамент. Психологічна характеристика типів темпераменту. Властивості темпераменту. Темперамент та індивідуальний стиль діяльності. Поняття про характер. Природні і соціальні передумови формування характеру. Структура характеру. Провідні риси характеру. Поняття акцентуації характеру. Основні умови та механізми формування характеру. Поняття про здібності. Природні і соціальні

передумови здібностей. Задатки. Структура та види здібностей. Індивідуальні відмінності у здібностях людей.

## **Модуль 2. Вікова психологія**

**Тема 1. Загальні засади вікової психології.** Об'єкт і предмет вікової психології. Місце вікової психології у системі психологічних наук. Методологічні засади вікової психології. Методи вікової психології. Структура, функції і завдання вікової психології. Виникнення і розвиток вікової психології. Теоретичні основи вікової психології.

**Тема 2. Психологія дитинства.** Загальна характеристика пренатального розвитку. Початок психічного життя. Особливості розвитку новонародженого. Психічний розвиток немовляти. Особливості розвитку в ранньому дитинстві. Психічний і особистісний розвиток дитини у дошкільному віці. Готовність дитини до шкільного навчання. Загальна характеристика розвитку молодшого школяра. Розвиток самосвідомості молодшого школяра. Розвиток спонукальної сфери молодшого школяра. Особливості пізнавальної сфери молодшого школяра.

**Тема 3. Психологія дорослішання.** Місце підліткового періоду в загальному процесі індивідуального розвитку. Соціальна ситуація розвитку підлітка. Провідна діяльність підлітка. Психологічні новоутворення підліткового віку. Розвиток самосвідомості підлітка. Розвиток спонукальної сфери підлітка. Пізнавальний розвиток у підлітковому віці. Особливості навчально-виховної роботи з підлітками. Поняття юності. Розвиток самосвідомості у ранній юності. Розвиток спонукальної сфери у період ранньої юності. Особливості спілкування у ранній юності. Особливості розвитку пізнавальних психічних процесів. Соціально-психологічна готовність до самостійного життя. Загальні особливості зрілої юності.

**Тема 4. Психологія дорослості.** Дорослість як етап онтогенезу. Періодизація психічного розвитку дорослої людини. Проблеми розвитку у дорослому віці. Рання дорослість. Особливості розвитку самосвідомості у ранньому дорослому віці. Особливості спонукальної сфери у ранньому дорослому віці. Розвиток інтелекту та окремих інтелектуальних функцій. Особливості емоційного розвитку у ранньому дорослому віці. Зрілий дорослий вік. Особливості життєдіяльності у зрілому дорослому віці. Розвиток «Я-концепції». Розвиток спонукальної сфери. Особливості емоційної сфери у зрілому дорослому віці. Особливості пізнавальних процесів у зрілому дорослому віці.

**Тема 5. Психологія старіння.** Загальна характеристика старості. Особливості «Я-концепції» та розвитку особистості в період старості. Особливості пізнавальних та емоційних процесів в старості. Фізіологічні

обмеження і особливості поведінки людей похилого віку. Мудрість як сенс життя у старості. Значення сім'ї для людини похилого віку.

### **Модуль 3. Педагогічна психологія**

**Тема 1. Вступ до педагогічної психології.** Предмет і завдання педагогічної психології. Міжпредметні зв'язки педагогічної психології з іншими науками. Система категорій педагогічної психології. Поняття соціалізації. Методологічні принципи та методи педагогічної психології.

**Тема 2. Психологія навчання.** Зміст і сутність категорії навчання. Навчання як умова розвитку. Основні лінії психічного розвитку в процесі навчання та виховання. Історичні методи та форми організації навчання. Основні типи навчання та їхні психологічні моделі. Класифікація видів навчання. Напрями розвитку сучасного навчання

**Тема 3. Психологія навчальної діяльності.** Поняття про наuczіння та учіння. Механізми та закони наuczіння. Учіння як пізнавальна діяльність. Зарубіжні концепції учіння. Вітчизняні теорії учіння. Теорія цілеспрямованої навчальної діяльності. Рівневий аналіз навчальної діяльності. Покомпонентний аналіз навчальної діяльності. Вікова динаміка формування навчальної діяльності. Здібності в навчальній діяльності. Психологічні питання самоосвітньої діяльності.

**Тема 4. Психологія виховання.** Сутність та завдання психології виховання. Специфіка процесу виховання. Механізми формування особистості у процесі виховання. Загальні психологічні закономірності формування особистості учня. Проблема управління вихованням. Показники та критерії вихованості особистості. Формування якостей особистості у процесі виховання. Вікові аспекти виховання. Самовиховання особистості: завдання, структура, етапи, методи.

**Тема 5. Психологія педагогічної діяльності.** Специфіка та психологічна структура педагогічної діяльності. Функції та творчий характер педагогічної діяльності. Стилi педагогічної діяльності. Індивідуальний стиль діяльності вчителя. Психолого-педагогічні проблеми взаємодії вчителя і учнів. Педагогічне спілкування. Педагогічний такт. Особливості педагогічних конфліктів. Психологічні бар'єри у процесі педагогічної діяльності.

**Методи навчання:** В умовах кредитної технології навчання найбільш ефективними є методи, спрямовані на формування активної позиції здобувачів вищої освіти, активізацію та стимулювання їх навчально-пізнавальної діяльності: проблемні й оглядові лекції, бесіда, презентація, демонстрація навчального матеріалу із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної

техніки, навчальна дискусія, ділові ігри, рішення психологічних задач та ситуацій, дистанційні консультації тощо.

### **Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):**

*Політика щодо дедлайнів та перекладання.* Своєчасне виконання практичних завдань та самостійної роботи є обов'язковим. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання тем курсу, що були пропущені або не підготовлені, відбувається на консультаціях згідно графіку.

*Політика щодо академічної доброчесності.* Дотримання норм академічної доброчесності є загальною вимогою для студентів БДПУ згідно з Положенням про академічну доброчесність у БДПУ. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. При повторних порушеннях, беручи до уваги моральний аспект проблеми, до студента можуть бути застосовані дисциплінарні заходи.

*Політика щодо відвідування.* Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають лекційні та практичні заняття курсу. За об'єктивних причин (хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування тощо) навчання може відбуватись в онлайн форматі за погодженням із викладачем. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися термінів, визначених для виконання всіх видів письмових робіт, передбачених курсом.

**Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:** Вивчення курсу передбачає використання ТЗН (мультимедійний проектор, екран, ноутбук тощо), офіційних каналів зв'язку (Viber, Google, Zoom, Skype, електронна пошта тощо) та освітніх платформ (MOODLE та ін.).

### **Система оцінювання та вимоги:**

Оцінювання знань, умінь і навичок здобувачів вищої освіти здійснюється на основі результатів поточного та підсумкового контролю. Підсумкова оцінка є сумою балів, набраних під час поточного та підсумкового контролю і максимально складає 100 балів.

Поточний контроль здійснюється під час практичних занять. При оцінюванні на практичних заняттях враховується активність студентів на занятті, відповіді на питання, обговорення дискусійних та додаткових питань, виконання практичних завдань та самостійної роботи.

Підсумковий контроль відбувається у формі екзамену.

### Максимальна оцінка навчальних досягнень студента

- 1) Максимальна сума балів поточного контролю (практичні та самостійні роботи) – 50 балів.
- 1) Максимальна сума балів підсумкового контролю (екзамен) – 50 балів.
- 2) Максимальна сума балів за навчальну дисципліну (підсумкове оцінювання) – 100 балів.

**Таблиця 1. Шкала оцінювання поточного та підсумкового контролю (екзамен)**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ЄКТС
	Для підсумкового семестрового контролю, що включає екзамен, курсову роботу, практику	Для підсумкового семестрового контролю, що включає залік	Для всіх видів підсумкового контролю
46-50	відмінно	зараховано	A (відмінно)
41-45	добре		B (дуже добре)
36-40			C (добре)
31-35	задовільно		D (задовільно)
25-30			E (достатньо)
13-24	незадовільно	не зараховано	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-12	незадовільно		F (незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)



Підсумкова оцінка є сумою балів, набраних за весь курс навчання та під час поточного контролю та підсумкового контролю (екзамену) (50+50=100) та вираховується за національною шкалою та шкалою ЄКТС.

**Таблиця 2. Відповідність результатів контролю знань за різними шкалами та критерії оцінювання**

Сума балів за всі види навчальної діяльності за 100-бальною шкалою	Шкала оцінювання ЄКТС		Критерії оцінювання	Національна шкала оцінювання	
	Оцінка за шкалою ЄКТС	Значення оцінки за шкалою ЄКТС		Екзамен, курсова робота, практика	Залік
90-100	А	відмінно	Студент виявляє творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, може використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді.	відмінно	зараховано
78-89	В	дуже	Студент вільно	добре	

		добре	володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці творчо розв'язує вправи і завдання у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна.		
65-77	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; вміє контролювати власну діяльність; виправляти помилки, добирати аргументи для підтвердження своїх думок.		
58-64	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; за допомогою викладача може аналізувати	задовільн о	

			навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих.		
50-57	Е	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні.		
35-49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.	незадовільно	не зараховано
1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, фрагментів.	незадовільно	

**Таблиця 3. Шкала оцінювання: національна та ЄКТС**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ЄКТС
	Для підсумкового семестрового контролю, що включає екзамен, курсову роботу, практику	Для підсумкового семестрового контролю, що включає залік	Для всіх видів підсумкового контролю
90-100	відмінно	зараховано	A (відмінно)
78-89	добре		B (дуже добре)
65-77			C (добре)
58-64	задовільно		D (задовільно)
50-57			E (достатньо)
35-49	незадовільно	не зараховано	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34	незадовільно		F (незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни)

### Список рекомендованих джерел

#### Основні

1. Бригадир М. Б., Бугерко Я. М., Ревасевич І. С. Загальна психологія. Збірник кейсів : навч.-метод. посіб. Тернопіль : Економічна думка ТНЕУ, 2017. 35 с.
2. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник : у 2 т. Вид. 5-те, виправл. і допов. Львів : Априорі, 2016. Т.1 .382 с.
3. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник : у 2 т. Вид. 5-те, виправл. і допов. Львів : Априорі, 2016. Т.2. 358 с.
4. Варій М. Й. Психологія : навч. посіб. Київ : Центр учб. літ., 2016. 287 с.
5. Долинська Л. В. Загальна психологія : Хрестоматія. Навчальний посібник. Київ : Каравела, 2017. 640 с.

6. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 388 с.
7. Ільїна Н. М. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях. Навч. посіб. Київ : «Університетська книга», 2018. 239 с.
8. Ільїна Н. М., Мисник С. О. Загальна психологія : теорія та практикум. Навчальний посібник. Київ : Університетська книга, 2017.
9. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посібник. Київ : Центр учбов. літ., 2016. 270 с.
10. Практикум із загальної психології : робочий зошит: Методичні рекомендації до лабораторних занять з курсу «Практикум із загальної психології». Уклад. Портницька Н. Ф., Гречуха І. А., Литвинчук А. І., Можаровська Т. В., Хоменко Н. В.; за ред. Портницької Н. Ф. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 270 с.
11. Ревасевич І. С. Загальна психологія: навч.-метод. комплекс. Тернопіль : ТНЕУ, 2016. 47 с.
12. Скрипченко О. В. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. Київ : Каравела, 2019. 400 с.

### *Допоміжні*

1. Власова О. І. Педагогічна психологія : навчальний посібник. Київ : Либідь, 2005. 400 с.
2. Волошина В. В., Долинська Л. В., Ставицька С. О., Темрук О. В. Загальна психологія : практикум. Київ : Каравела, 2005. 280 с.
3. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості : навчальний посібник. Київ : Либідь, 2007. 256 с.
4. Клименко В. В. Психологія творчості : навчальний посібник. Київ : Центр навч. літератури, 2006. 480 с.
5. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій) : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2005.
6. Лисянська Т. М. Педагогічна психологія : практикум. Київ : Видавничий центр НАУ, 2008. 212 с.
7. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху: монографія. Київ : Освіта України, 2016.

8. Основи практичної психології: підручник. За заг. ред. В. Панка, Т. Титаренко, Н. Чепелевої та ін. Київ : Либідь, 2003. 536 с.
9. Практикум із загальної психології. За ред. Т. І. Пашукової. Київ :Т-во «Знання», КОО, 2000. 204 с.
10. Психологія: підручник. За ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2001. 390 с.
11. Рибалка В. В. Методологічні проблеми наукової психології: посібник. Київ: Талком, 2017. 245 с.
12. Русинка І. І. Психологія : навчальний посібник. Київ : Знання, 2007. 367 с.
13. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2005. 360 с.
14. Семиченко В. А. Психологія педагогічної діяльності: навчальний посібник. Київ : Вища шк., 2004. 335 с.
15. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості (курс лекцій) : навчальний посібник. Бердянськ, БДПУ, 2021. 110 с.