

**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ВІННИЦЬКИЙ ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОЛЕДЖ»**

**Факультет педагогіки та фінансово-економічної діяльності
Кафедра викладачів шкільної педагогіки, психології та окремих методик**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Заступник директора з навчальної роботи

Оксана КОГУТЮК

«30» серпня 2024 року



**РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА
01 ПСИХОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

освітньо-професійної програми **Середня освіта (Фізична культура)**
підготовки **бакалавра**
за галуззю знань **01 Освіта/Педагогіка**
спеціальності **014 Середня освіта (за предметною спеціальністю 014.11**
Середня освіта (Фізична культура)

Вінниця 2024

Робоча програма освітнього компонента (01 Психологія фізичного виховання і спорту) з підготовки бакалаврів за галуззю знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (за предметною спеціальністю 014.11 Середня освіта (Фізична культура))

РОЗРОБНИК:

Олеся КАЗЬМИРИШЕНА-ФАЙДЕНКО, викладач.

СХВАЛЕНО

Вченою радою факультету педагогіки та фінансово-економічної діяльності
«29» серпня 2024, протокол № 1

Голова Вченої ради Наталія Мислицька доктор педагогічних наук, професор **Наталія МИСЛИЦЬКА**

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура)
Юлія Паламарчук кандидат наук з фізичного виховання та спорту **Юлія ПАЛАМАРЧУК**

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри викладачів шкільної педагогіки, психології та окремих методик

«28» серпня 2024, протокол № 1.

Завідувач кафедри Лідія Дровозюк канд. пед. наук, доцент **Лідія ДРОВОЗЮК**

1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійний ступінь	Характеристика освітнього компонента		
		Денна форма навчання		
Кількість кредитів - 6	Галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка»	Статус освітнього компонента: обов'язковий		
	Спеціальність 014.11 Середня освіта. (Фізична культура)			
Загальна кількість годин – 180	Ступінь вищої освіти - бакалавр	Рік підготовки: 1-й		
		Семестр: 1-й, 2-й		
		Лекції	Семінари	Практичні
42		24	42	
Самостійна робота – 72 год.				
Вид контролю: екзамен (2 семестр)				
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 год. Самостійної роботи здобувача освіти – 1.6 год.				

2. Мета та завдання освітнього компонента

Метою викладання освітнього компонента «Психологія фізичного виховання і спорту» є:

- вивчення здобувачами вищої освіти закономірностей прояву, розвитку та формування психіки у специфічних умовах фізичного виховання;
- навчити здобувачів освіти застосовувати набуті теоретичні знання на практиці; адаптувати психологічні знання конкретно до діяльності учителя фізичної культури, тренера
- забезпечити цілісність підготовки майбутніх учителів, сприяти оволодінню психологічними особливостями фізкультурної та спортивної діяльності учня, учителя, тренера.

Завдання освітнього компонента :

- ознайомлення здобувачів вищої освіти з основними теоретичними та практичними знаннями психології фізичного виховання і спорту;
- навчання здійснювати загальний аналіз фізкультурної та спортивної діяльності в цілому, психологічний аналіз особливостей навчальної діяльності на уроках фізичної культури та окремих видів спортивної діяльності
- навчання розумінню психологічних особливостей особистості учнів, що зумовлюються особливостями фізкультурної та спортивної діяльності;
- набуття здобувачами основ психологічних знань, умінь аналізувати психологічні явища, уміти спілкуватися в освітньому процесі.

2.1. Компетентності

2.1.1. Інтегральні компетентності

ІК - Здатність розв'язувати спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти, що передбачає застосування теорій та методів психолого-педагогічних наук і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов та вимог організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.

2.1.2. Загальні компетентності

ЗК1. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК5. Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді та автономно.

ЗК6. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

ЗК11. Здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання.

2.1.3. Спеціальні компетентності

СК3. Здатність до перенесення системи фахових знань у площину навчального предмету, структурування навчального матеріалу, проектування та організації власної діяльності.

СК4. Здатність демонструвати зразкові виконавські та організаційні уміння як учителя, керівника спортивних гуртків і секцій.

СК5. Здатність застосовувати елементи теоретичного та експериментального дослідження для підвищення ефективності фізкультурної, спортивно-масової, оздоровчої педагогічної діяльності.

СК6. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

СК8. Здатність формувати в учнів предметні (спеціальні) компетентності.

Програмні результати навчання

ПРН2. Уміти застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури. Володіти актуальними технологіями інтегрального гармонійного розвитку людини, технологіями контролю і корекції функціонального та психофізіологічного стану, засобами і методами управління станом людини.

ПРН4. Знати закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності. Знати біологічні, соціальні, психологічні та ін. фактори збереження здоров'я, біологічні, соціальні, психологічні, духовні фактори, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання. Знати основні принципи користування сучасними інформаційними технологіями для вирішення професійних завдань. Знати основні закони природничо-наукових дисциплін у професійній діяльності, застосовувати методи теоретичного та експериментального дослідження в професійній діяльності.

ПРН6. Знати закономірності розвитку особистості, вікові особливості та психологію школярів, у тому числі з особливими освітніми потребами; знати та розуміти особливості навчання різnorідних груп учнів, застосовувати диференційований підхід у навчанні фізичної культури, організовувати освітній процес з урахуванням особливих потреб учнів.

ПРН15. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

3. Програма освітнього компонента

Змістовий модуль 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Тема 1. Вступ до психології фізичного виховання та спорту

Виникнення психології фізичного виховання і спорту. Предмет вивчення психології фізичного виховання і спорту. Завдання психології фізичного виховання і спорту. Зв'язок психології фізичного виховання і спорту з іншими науками та галузями психології. Методи дослідження в психології фізичного виховання і спорту.

Тема 2. Психологія школяра як суб'єкта у навчальній діяльності з фізичного виховання

Мотиваційна сфера та самосвідомість школяра на уроках фізичного виховання. Емоційна та волюва сфера школяра на уроках фізичного виховання. Типові особливості особистості школяра на уроках фізичного виховання. Методи психолого-педагогічного вивчення особистості школяра на уроках фізичного виховання.

Дослідження мотиваційної сфери, самооцінки та типологічних особливостей школярів.

Тема 3. Психологічні основи навчання на уроках фізичного виховання

Особливості уваги школярів на уроках фізичного виховання. Особливості відчуттів та сприймання школярів на уроках фізичного виховання. Особливості розумової діяльності школяра на уроках фізичного виховання. Особливості прояву пам'яті школярів на уроках фізичного виховання. Особливості прояву уваги школярів на уроках фізичного виховання.

Діагностика психологічних особливостей особистісної сфери школярів та врахування отриманих результатів на уроках фізичного виховання.

Тема 4. Активізація діяльності учнів на уроках фізичного виховання

Психологічні умови підвищення активності учнів на уроках фізичного виховання. Способи підвищення активності учнів на уроках фізичного виховання.

Тренінг самопізнання та саморозвитку.

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Тема 5. Психологічні особливості діяльності вчителя фізичної культури

Педагогічна спрямованість вчителя фізичної культури. Компоненти професійної майстерності вчителя фізичної культури. (Здібності, знання та вміння). Критерії ефективності діяльності вчителя фізичної культури. Авторитет у професійній діяльності вчителя фізичної культури. Психологічні особливості діяльності вчителя фізичного виховання. Стилi діяльності та керівництва вчителя фізичної культури. Психологічні особливості діяльності вчителя фізичного виховання. Професійно-важливі якості вчителя фізичного виховання.

Діагностика професійно-важливих якостей вчителя фізичного виховання.

Психологічні аспекти адаптації молодого вчителя фізичного виховання до професійної діяльності.

Тема 6. Психологічні особливості педагогічного спілкування як засобу навчання і виховання учнів

Загальна психологічна характеристика педагогічного спілкування вчителя з учнями на уроках фізичного виховання. Встановлення взаєморозуміння між вчителем та учнями на уроках фізичного виховання.

Психологія конфліктів між вчителем та учнями на уроках фізичного виховання. Причини конфліктних ситуацій у діяльності вчителя фізичного виховання, шляхи їх уникнення та подолання.

Діагностика особливостей комунікативної сфери школярів у колективі.

Тренінг формування комунікативної компетентності та подолання конфліктів у педагогічній діяльності

Тема 7. Психологічні особливості виховання учнів у процесі занять фізичною культурою.

Формування колективу і виховання в ньому учнів на заняттях фізичною культурою. Розвиток самостійності і формування активної життєвої позиції учнів у процесі занять з фізичного виховання. Виховання в учнів прагнення до самовдосконалення у процесі занять фізичною культурою.

Тема 8. Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця в галузі фізичної культури.

Поняття професійно-педагогічного іміджу фахівця в галузі фізичного виховання. Професійно-педагогічна культура фахівця фізичного виховання.

Психологічні аспекти формування професійної майстерності і престижність діяльності вчителя фізичного виховання.

Професійна ідентичність як засіб успішного становлення професійної майстерності спеціаліста в галузі фізичного виховання

Змістовий модуль 3.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОЇ ТА ТРЕНУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Тема 9. Загальна психологічна характеристика спортивної діяльності

Соціальні функції спортивної діяльності. Структура спортивної діяльності. Психологічна систематика видів спорту.

Тема 10. Психологічні особливості тренувальної діяльності

Загальні психологічні особливості тренувального процесу. Психологічна напруга і перенапруга у тренувальному процесі. Психологічні умови результативності тренувань.

Тема 11. Психологічні особливості особистості тренера

Психологічні особливості діяльності тренера. Функції тренера як керівника команди. Професійно-значимі якості особистості тренера та їх характеристика. Типи тренерів-керівників у спортивній діяльності та їх психологічна характеристика. Стили керівництва тренера.

Психологічні особливості особистості тренера.

Діагностика психологічних особливостей особистості тренера.

Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання тренера

Тема 12. Психологія особистості спортсмена

Психологічні особливості особистості спортсмена. Формування особистості спортсмена. Типологічні властивості у поведінці спортсмена. Психологічні особливості спортивної обдарованості спортсмена. Характеристика особистісних психічних якостей висококваліфікованого спортсмена. Спортивна обдарованість особистості спортсмена.

Діагностика психологічних особливостей особистості спортсмена.

Психологічні аспекти успішної професійної діяльності спортсмена.

Тренінг особистісного зростання спортсменів.

Тема 13. Психологічна підготовка спортсмена та тренера

Поняття про психологічну підготовку. Психологічні аспекти високих психічних навантажень. Психодіагностика в підготовці спортсмена. Психологія спортивного відбору. Психологічна підготовка тренера.

Змістовий модуль 4.

ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ ТА СТАНИ СПОРТСМЕНА

Тема 14. Емоції у спорті

Психологічна характеристика емоцій та їх роль у спорті. Види фундаментальних емоцій у спорті. Форми переживання емоцій спортсменами.

Психологічні особливості прояву емоцій під час занять спортом.

Діагностика особливостей емоційної сфери спортсменів.

Тема 15. Психічні стани спортсмена та способи їх регуляції

Загальна характеристика психічних станів. Передстартові й післястартові психічні стани спортсмена. Психологічний аналіз перемог і поразок у змаганнях.

Методи саморегуляції стресу в спорті. Методи регуляції стресу тренером.

Тема 16. Психологія вольової підготовки спортсмена

Вияв вольових якостей у спортсменів. Вольові зусилля у спорті. Виховання і самовиховання волі у спортсменів. Особливості рис спортивного характеру.

Діагностика особливостей вольової сфери спортсменів.

Спортивна мотивація.

4. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	усього	аудиторні	у тому числі			самостійна робота
лекції			семінари	практичні		
1 семестр						
Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, 38 балів						
Тема 1. Вступ до психології фізичного виховання і спорту	6	4	4			2
Тема 2. Психологія школяра як суб'єкта навчальної діяльності на уроках фізичного виховання	10	6	2		4	4
Тема 3. Психологічні основи навчання на уроках фізичного виховання	8	4	2		2	4
Тема 4. Активізація діяльності учнів на уроках фізичного виховання	8	4		2	2	4
Модульна контрольна робота № 1.	2	2			2	
Всього за модуль 1	34	20	8	2	10	14
Змістовий модуль 2. ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, 62 бали						
Тема 5. Психологічні особливості діяльності вчителя фізичного виховання	16	8	4	2	2	6
Тема 6. Психологічні особливості педагогічного спілкування як засобу навчання і виховання учнів	16	10	4	2	4	6
Тема 7. Психологічні особливості виховання учнів у процесі занять фізичною культурою	4	2	2			2
Тема 8. Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця в галузі фізичного виховання	8	6	2	2	2	4
Модульна контрольна робота № 2.	2	2			2	
Всього за модуль 2	46	28	12	6	10	18
Всього за 1 семестр	80	48	20	8	20	32

2 семестр						
Змістовий модуль 3. ПСИХОЛОГІЯ СПОРТИВНОЇ ТА ТРЕНУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, 40 балів						
Тема 9. Загальна психологічна характеристика спортивної діяльності	4	2	2			2
Тема 10. Психологічні особливості тренувальної діяльності	5	2	2			3
Тема 11. Психологічні особливості особистості тренера	16	10	2	4	4	6
Тема 12 Психологія особистості спортсмена	16	10	2	4	4	6
Тема 13. Психологічна підготовка спортсмена та тренера	7	4	4			3
Модульна контрольна робота № 3.	2	2			2	
Всього за модуль 3	50	30	12	8	10	20
Змістовий модуль 4. ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ ТА СТАНИ СПОРТСМЕНА, 30 балів + екзамен 30 балів						
Тема 14. Емоції у спорті	20	12	4	4	4	8
Тема 15. Психічні стани спортсмена та способи їх регуляції	10	6	4		2	4
Тема 16. Психологія вольової підготовки спортсмена	18	10	2	4	4	8
Модульна контрольна робота № 4.	2	2			2	
Всього за модуль 4	50	30	10	8	12	20
Всього за 2 семестр	100	60	22	16	22	40
Усього годин	180	108	42	24	42	72

5. Теми семінарських занять

№ з/п	№ модуля /теми	Назва теми	К-ть годин
1	1/4	Активізація діяльності учнів на уроках фізичного виховання	2
2	2/5	Психологічні особливості діяльності вчителя фізичного виховання	2
3	2/6	Психологічні особливості педагогічного спілкування як засобу навчання і виховання учнів	2
4	2/8	Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця фізичного виховання	2
5	3/11	Психологічні особливості особистості тренера	4
6	2/12	Психологія особистості спортсмена	4
7	4/14	Емоції у спорті	4
8	4/16	Психологія вольової підготовки спортсмена	4

Усього годин	24
---------------------	-----------

5. Теми практичних занять

№ з/п	№ модуля /теми	Назва теми	К-ть годин
1	1/2	Дослідження мотиваційної сфери, самооцінки та типологічних особливостей школярів.	4
2	1/3	Діагностика психологічних особливостей особистісної сфери школярів та врахування отриманих результатів на уроках фізичного виховання.	2
3	1/4	Тренінг самопізнання та саморозвитку	2
3.1		Модульна контрольна робота 1	2
4	2/5	Діагностика професійно-важливих якостей вчителя фізичного виховання	4
5	2/6	Діагностика особливостей комунікативної сфери школярів у колективі.	2
6	2/6	Тренінг формування комунікативної компетентності та подолання конфліктів у педагогічній діяльності	2
7	2/8	Професійна ідентичність як засіб успішного становлення професійної майстерності спеціаліста в галузі фізичного виховання	2
7.1		Модульна контрольна робота 2	2
8	3\11	Діагностика психологічних особливостей особистості тренера	2
9	3/11	Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання тренера	2
10	3/13	Діагностика психологічних особливостей особистості спортсмена	2
11	3/12	Тренінг особистісного зростання спортсменів	2
11.1		Модульна контрольна робота 3	2
12	4/14	Діагностика особливостей емоційної сфери спортсменів	4
13	4/15	Психічні стани спортсмена та способи їх регуляції	2
14	4/16	Діагностика особливостей вольової сфери спортсменів	4
14.1		Модульна контрольна робота 4	2
Усього годин			42

6. Теми лабораторних занять (не передбачені навчальним планом)

8.Самостійна робота

№ з/п	№ модуля /теми	Назва теми	К-ть годин
		Змістовий модуль 1	

1	1/1	Вступ до психології фізичного виховання і спорту	2
2	1/2	Психологія школяра як суб'єкта навчальної діяльності на уроках фізичного виховання	4
3	1/3	Психологічні основи навчання на уроках фізичного виховання	4
4	1/4	Активізація діяльності учнів на уроках фізичного виховання	4
Змістовий модуль 2			
5	2/5	Психологічні особистості діяльності вчителя фізичного виховання	6
6	2/6	Психологічні особливості педагогічного спілкування як засобу навчання і виховання учнів	6
7	2/7	Психологічні особливості виховання учнів у процесі занять фізичною культурою	2
8	2/8	Професійно-педагогічна культура та імідж фахівця в галузі фізичного виховання	4
Змістовий модуль 3			
9	3/9	Психологічні особливості спортивної діяльності	2
10	3/10	Психологічні особливості тренувальної діяльності	3
11	3/11	Психологічні особливості особистості тренера	6
12	3/12	Психологія особистості спортсмена	6
13	3/13	Психологічна підготовка спортсмена та тренера	3
Змістовий модуль 4			
14	4/14	Емоції у спорті	8
15	4/15	Психічні стани спортсмена та способи їх регуляції	4
16	4/16	Психологія вольової підготовки спортсмена	8
Усього годин			72

9. Методи та технології навчання

Вивчення навчальної дисципліни відбувається шляхом використання різних методів та технологій. *Пояснювально-ілюстративний метод*: повідомлення інформації з використанням словесних та наочних методів, прийомів, засобів. Найчастіше використовується на лекціях.

Практичні методи: розв'язання педагогічних ситуацій, задач, складання таблиць, графіків, сценаріїв позашкільних заходів, планів роботи класного керівника, планів-конспектів уроків.

Метод проблемного викладу навчального матеріалу. Передбачає створення проблемних ситуацій, надання допомоги здобувачам освіти у розв'язанні поставлених завдань. Під час проблемного викладу викладач формує у студентів наукове пізнання та мислення.

Частково-пошуковий метод (евристичний) метод спрямований на стимулювання самостійного мислення студентів.

Дослідницький метод стимулює розвиток дослідницької компетентності здобувачів освіти, наукове мислення. Викладач орієнтує студентів на науковий пошук, вчить проводити дослідження, аналізувати джерела.

Репродуктивний метод спрямований на відтворення інформації, способів дій за зразком.

Технології навчання: особистісно-орієнтовані, інформаційно-комунікаційні, ігрові, інтерактивного навчання.

10. Методи та форми контролю

Оцінювання навчальної діяльності та її результатів здійснюється за допомогою усних, письмових та практичних методів. Використовуються такі види контролю: поточний (усне і письмове опитування, виступи на семінарських заняттях, презентації, контрольні роботи, практичні роботи); рубіжний контроль - модульна контрольна робота (тест) по закінченні вивчення модуля. Підсумкове оцінювання після закінчення 2 семестру - усний екзамен. Результати освітньої діяльності здобувача вищої освіти оцінюються згідно з визначеними критеріями.

Критерії оцінювання освітньої діяльності за шкалою ECTS

Оцінка за шкалою ECTS	Критерії оцінювання
A 90-100 балів «Відмінно»	Ставиться за повні, системні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; вияв креативності у розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь. Постійно демонструє високий рівень мотивації до навчання.
B 82-89 балів «Добре»	Ставиться за повні, системні знання із дисципліни, вміння застосовувати їх на практиці, знання основної та додаткової літератури, вміння самостійного навчання, мотивація до якого здебільшого висока.
C 75-81 бал «Добре»	Ставиться за знання основного навчального матеріалу та вміння застосовувати їх на практиці, обізнаність з основною і додатковою літературою. Допускає окремі помилки і неточності, які спроможний усунути з допомогою викладача. Мотивація до навчання на достатньому рівні.

D 64-74 бали «Задовільно»	Ставиться здобувачеві, який в основному засвоїв навчальний матеріал, однак у виконанні практичних завдань орієнтується на зразок, самотійно виконує типові завдання. Використовує в основному обов'язкову літературу. Мотивація до навчання нестійка.
E 60-63 бали «Задовільно»	Ставиться, якщо здобувач оволодів програмним матеріалом з більшості тем, виконує завдання з допомогою викладача. У навчанні керується здебільшого зовнішніми мотивами.
Fx 35-59 балів «Незадовільно з можливістю повторного складання»	Ставиться, якщо здобувач не засвоїв більшості навчальних тем, не орієнтується у літературі і неспроможний виконувати практичні завдання самотійно.
F 1-34 бали «Незадовільно з обов'язковим повторним курсом»	Здобувач має уявлення лише про окремі теми та розділи освітнього компоненту. Виконання практичних завдань неусвідомлене і здебільшого неправильне.

11. Рекомендовані джерела інформації

11.1 Базова література

1. Воронова В.І. Психологія спорту. Навч. посібник. Київ: Олімпійська література, 2017. 298 с.
2. Іваній І.В., Сергієнко В.М. Психологія фізичного виховання та спорту: навч.-метод. посібник. Суми: ФОП Цьома С.П., 2016. 204 с.
3. Остополець І.Ю., Лисенко Л.М. Психологія фізичного виховання: навчальний посібник з курсу. Слов'янськ: ДДПУ. 2015. 102 с.
4. Петровська Т.В. Майстерність спортивного педагога: навчальний посібник. Київ: Олімпійська література, 2015. 184 с.
5. Практикум зі спортивної психології/І.П.Волкова. Київ: «Освіта», 2020.- 288 с.
6. Психологія фізичного виховання і спорту: опорний конспект лекцій / Розробник Бившева Л.О. Краматорськ: ДДМА. 2020. 128 с.

11.2 Допоміжна література

1. Бочелюк В.Й., Черепехіна О.Я. Психологія спорту. Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 224 с.
2. Лисенко Л.Л. Спортивна психологія: навчально-метод. пос. Для студентів факультетів фіз. вихов. пед. вузів. Чернігів: Редакційно-видавничий відділ ЧНПУ ім. Т.Г. Шевченка, 2011. 64 с.
3. Психологія фізичного виховання: методичні рекомендації /Укл. Безверхня Г.В. Умань, 2013. 42 с.
4. Шалар О.Г. Практикум з психології спорту: навчально-методичний посібник. Херсон: ПП Вишимирський В.С., 2015. 128 с.

11.3. Інтернет-ресурси:

1. Національна бібліотека України імені В.В. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>
2. Державна науково-педагогічна бібліотека України ім. В. О. Сухомлинського www.dnpb.gov.ua/
3. Бібліотека українських підручників <http://pidruchniki.ws>
4. www.sportscience.org.
5. www.tmfv.com.ua.
6. www.nbuv.gov.ua.
7. <http://osvita.ua>
8. <http://urok-ua.com>
9. <http://pedpresa.ua>
10. <http://ukped.com>