



СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ «Основи вікової та гендерної психології у фізичному вихованні та спорті»

Ступінь вищої освіти - Бакалавр
Спеціальність – **017 Фізична культура і спорт**
Освітньо-професійна програма – Фізична культура і спорт
Рік навчання - 4, семестр 7
Форма навчання - денна
Кількість кредитів ЄКТС - 4
Мова викладання - українська

Викладач курсу
Контактна інформація
викладача (e-mail)
Сторінка курсу в eLearn

Хижняк Анна Анатоліївна
+380635689552
anna30kravchenko@gmail.com

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета дисципліни «Основи вікової та гендерної психології у фізичному вихованні та спорті» полягає у вивченні та розумінні ключових аспектів впливу вікових та гендерних факторів на фізичний розвиток, активність та спортивні досягнення.

Основні завдання включають:

- Вивчити фізіологічні та психологічні аспекти розвитку особистості на різних етапах життя.
- Визначити вікові особливості, які впливають на фізичну активність та спортивну діяльність.
- Вивчити гендерні ролі і їх вплив на участь у фізичних заняттях та спортивних змаганнях.
- Розкрити взаємозв'язок між гендерними стереотипами та фізичною активністю.

Вивчення даної дисципліни дозволяє студентам отримати глибоке розуміння психологічних аспектів фізичного виховання та спорту, що покладає основу для ефективної роботи у галузі фізичної культури та спорту з різними віковими та гендерними групами.

Основні результати навчання та набуття компетентності, які вони формують:

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

Фахові (спеціальні) компетентності (СК):

СК 7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.

СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

СК 11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.

Результати навчання (РН):

РН 18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

СТРУКТУРА КУРСУ

Тема	Години (л/ п/ср)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
4 курс 7 семестр				
Змістовний модуль 1. Вікові особливості в фізичному вихованні та спорті				
Тема 1.1. Особливості фізичного розвитку та виховання різних вікових груп.	2/6/10	<p>Знати</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основні принципи вікової психології та їх вплив на фізичний розвиток. • Етапи фізичного та психічного розвитку дітей та підлітків. • Вікові особливості фізичних, емоційних та соціальних аспектів виховання та тренувань. • Роль гри в фізичному вихованні та спорті для дітей різних вікових груп. • Вплив пубертатного періоду на фізичну активність та спортивні досягнення. • Особливості взаємодії з родинними та батьками в різних вікових групах. • Психологічні аспекти формування фізичної активності в підлітковому віці. • Вплив соціального середовища на фізичний розвиток та самооцінку дітей. • Роль ігрових методик у фізичному вихованні молодших вікових груп. • Психологічні аспекти стимулювання фізичної активності серед підлітків. 	<p><i>Підготовка до лекцій</i> (попереднє ознайомлення з презентацією та повнотекстовою лекцією в eLearn чи іншій мережі).</p> <p><i>Виконання та задача</i> <i>практичної роботи</i> (Написання доповідей, підготуватися до обговорення питань тем на практичних заняттях).</p> <p><i>Виконання самостійної роботи</i> (опрацювання тем самостійної роботи за модулем та ведення конспекту).</p> <p><i>Підготовка та написання модульної контрольної роботи</i> (виконання тестових завдань на заняті чи в eLearn)</p>	Згідно політики оцінювання та розподілу балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни
Тема 1.2. Вплив фізичної активності на психічний розвиток у різні вікові періоди.	2/8/10	<p>Вміти</p> <ul style="list-style-type: none"> • Адаптувати програми фізичного виховання до вікових особливостей учнів. • Визначати та адаптувати методики тренувань для різних вікових груп. • Застосовувати психологічні підходи до формування позитивного ставлення до фізичної активності в дітей. • Розробляти ігрові сценарії для ефективного вивчення фізичних навичок у дітей. • Враховувати психологічні особливості підлітків при плануванні тренувань та виховних заходів. • Створювати позитивне фізичне середовище для розвитку самооцінки та психічного здоров'я дітей. • Впроваджувати ігрові форми навчання для підвищення інтересу дітей до фізичної активності. • Організувати взаємодію з батьками для підтримки фізичного розвитку дітей. • Враховувати соціальні та культурні особливості учнів у процесі фізичного виховання. • Здійснювати психологічний супровід та підтримку під час підліткового періоду. 		
Тема 1.3. Адаптація тренувальних методів до особливостей підліткового періоду.	2/8/10			
Змістовний модуль 2. Гендерні аспекти в спорті, психологічні аспекти роботи з різними категоріями спортсменів				

<p>Тема 2.1. Основи гендерної психології. Вплив гендерних ролей на спортивну діяльність.</p>	<p>2/6/8</p>	<p>Знати</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основні концепції гендерної психології та їх вплив на спортивну діяльність. • Відмінності в фізичній та психологічній підготовці чоловіків і жінок в спорті. • Гендерні стереотипи в спорті та їх вплив на спортивну культуру. • Психологічні особливості розвитку спортсменів різних вікових груп. • Взаємозв'язок гендерних та вікових особливостей у формуванні спортивної ідентичності. 	<p><i>Підготовка до лекцій</i> (попереднє ознайомлення з презентацією та повнотекстовою лекцією в eLearn чи іншій мережі). <i>Виконання та задача практичної роботи</i> (Написання доповідей, підготуватися до обговорення питань тем на практичних заняттях). <i>Виконання самостійної роботи</i> (опрацювання тем самостійної роботи за модулем та ведення конспекту). <i>Підготовка та написання модульної контрольної роботи</i> (виконання тестових завдань на заняті чи в eLearn)</p>	<p>Згідно політики оцінювання та розподілу балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни</p>
<p>Тема 2.2. Роль психології в стереотипах гендерної ідентичності в спорті.</p>	<p>2/6/8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Роль психологічної підтримки в розвитку спортсменів різних гендерних та вікових категорій. • Аспекти психологічної підготовки спортсменів до змагань з урахуванням гендерних та вікових відмінностей. • Вплив гендерних факторів на мотивацію та цілеспрямованість спортсменів. • Психологічні аспекти взаємодії тренера з спортсменами різних гендерних та вікових груп. • Роль соціального середовища та підтримки в розвитку гендерної та вікової рівноправності в спорті. <p>Вміти</p>		
<p>Тема 2.3. Психологічна підготовка спортсменів до важливих змагань. Психологічна підтримка спортсменів під час травм та стресових ситуацій.</p>	<p>2/6/8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Враховувати гендерні та вікові аспекти при розробці програм тренувань. • Здійснювати індивідуальний психологічний підхід до спортсменів різних гендерних та вікових груп. • Адаптувати методики мотивації та психологічної підготовки до специфіки різних категорій спортсменів. • Формувати позитивний гендерний клімат у спортивних колективах. • Розвивати навички комунікації та взаємодії з представниками різних гендерних груп. • Створювати психологічно безпечне та підтримуюче середовище для розвитку спортсменів. • Виявляти та реагувати на психологічні особливості спортсменів різних вікових та гендерних категорій. • Впроваджувати принципи гендерної та вікової рівноправності в організацію спортивних заходів. 		
<p>Тема 2.4. Коригування тренувальних програм враховуючи вікові та гендерні особливості.</p>	<p>2/6/6</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Використовувати психологічні підходи до вирішення конфліктів та проблем в групах різного складу. • Забезпечувати психологічну підтримку спортсменам на різних етапах їхньої кар'єри з урахуванням гендерних та вікових відмінностей. 		

УТВОРЕННЯ ОЦІНКИ ЗА КУРС

Оцінка за курс утворюється з оцінки навчальної роботи, що складає 70% ваги, та оцінки за підсумкову атестацію (залік), що складає 30% ваги.

Більш детальний розподіл балів за різні види роботи подано у таблиці 1.

Таблиця 1

Розподіл балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни

Види діяльності	К-ть балів
Змістовний модуль 1.	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 1	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 2	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 3	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 4	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 5	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 6	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 7	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 8	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 9	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 10	5
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20
Модульна контрольна робота. Виконання 30 тестових завдань за тематикою змістовного модуля	30
Змістовий модуль 2.	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 11	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 12	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 13	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 14	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 15	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 16	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 17	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 18	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 19	5
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 20	5
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20
Модульна контрольна робота. Виконання 30 тестових завдань за тематикою змістовного модуля	30
Всього за види діяльності (Рейтинг навчальної роботи - Рн.р.)	70
Екзамен (Рейтинг підсумкової атестації – Rat.)	30
Рейтингова оцінка навчальної дисципліни – Рн.д.	100

Шкала оцінювання студентів

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Презентації, тестові завдання, доповіді, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності:	Презентації, тестові завдання, доповіді повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

Рекомендовані джерела інформації

Основні:

1. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник. К.: Освіта України, 2016. 464 с.
2. Воронова В.І. Психологія спорту. К.: Олімпійська література, 2019. 272 с.
3. Руденко М.В. Основи професійної освіти: підручник / М.В. Руденко, Р.А. Калениченко, Г.В. Капосльоз, Г.Л. Корчова. К.: КНУБА, 2018. 615 с.
4. Руденко М.В. Психолого-педагогічне забезпечення навчально-виховного процесу: навч. посібник / В.М. Смірнов; М.В. Руденко, Р.А. Калениченко, В.О. Гаврилюк. К.: КНУБА, 2016. 432 с.
5. Токарева Н.М. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник / Н.М. Токарева, А.В. Шамне. Київ, 2017. 548 с.
6. Савчин М.В. Вікова психологія. / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. – 5-те видання, перероблене, доповнене (ВЦ “Академія”), 2021. 376 с.
7. Щотка О.П. Гендерна психологія: навч. посіб. / О.В. Щотка. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 358 с.
8. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія: навч. посіб. / О.П. Сергєєнкова, О.А. Столярчук, О.П. Коханова, О.В. Пасека. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

Додаткові:

9. Ахметов Р.Ф. Теоретико-методичні основи управління системою багаторічної підготовки спортсменів швидкісно-силових видів спорту / Р.Ф. Ахметов : Дис. ... д-р наук з фіз. вих. і спорту. К., 2006. 412 с.
10. Древаль Ю.А. Гендерні стереотипи та їх прояви у спорті <https://core.ac.uk/download/pdf/78067763.pdf>.
11. Вілкова О.Ю. Конструктивні та деструктивні вияви гендерних стереотипів // Український соціум. 2004. № 3 (5). С.28-33.
12. Журженко Т.Ю. Социальное воспроизводство и гендерная политика в Украине / Т.Ю. Журженко. Харьков: Фолио, 2015. 240 с.
13. Марценюк Т. Стан гендерної рівності в Україні: міжнародний аспект // Наукові записки НаУКМА. Соціологічні науки. 2017. Т. 70. С. 53-59..
14. Петухова І.О. Психологія особистості: навчальний посібник / І.О. Петухова, Р.А. Калениченко, О.Г. Льовкіна та ін. Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2021. 338 с.
15. Петренко О. Б. Гендерна психологія. Практикум. Рівне: РДГУ, видавець Олег Зень, 2012. 127 с.
16. Ткалич М. Г. Гендерна психологія. Київ : Академія, 2018. 248 с.