



Кам'янський фаховий коледж фізичного виховання

ВІБІРКОВИЙ ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ (ВК 3)

Вікова психологія

Для здобувачів ОПП А7 «Фізична культура і спорт»

Зрозумій мислення —
виховай чемпіона.

Чому тренеру потрібна вікова психологія?

Фізичні навантаження — це лише половина успіху. Інша половина — це мотивація, емоційний стан та вікові особливості спортсмена.



Правильний підхід до дітей та підлітків.



Аналіз психоемоційних станів під час змагань.



Формування стійкої мотивації до здорового способу життя.

Паспорт освітнього компонента



**5 Семестр | 2
Кредити ЄКТС**

60 годин загального обсягу



2 Модулі | 6 Тем

Повний цикл від народження
до пізнього віку



**30 год. аудиторних |
30 год. самостійних**

Ідеальний баланс теорії та практики



**Підсумковий
контроль: Залік**

За результатами накопичувального
оцінювання

Мета та головні завдання



Ваші майбутні компетентності

Теоретичний фундамент (ЗК)

Етика: Діяти на основі етичних міркувань та цінностей громадянського суспільства.

Аналітика: Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації.

Технології: Використання інформаційно-комунікаційних технологій у практиці.

Практичні навички тренера (СК)

Психоемоційний контроль: Аналіз стану людини під час і після занять спортом.

Вплив: Формування особистості на основі цінностей фізичної культури.

Звичка: Прищеплення навичок здорового способу життя різним віковим групам.

Що ви вмітимете після курсу?

	<h2>Комунікація</h2> <p>Вільно спілкуватися фаховою термінологією та дотримуватись етики ділового спілкування (РН 2).</p>		<h2>Дослідження</h2> <p>Аналізувати досвід колег та проводити власні дослідження проблем фізичної культури (РН 5, 6).</p>
	<h2>Організація</h2> <p>Проводити процес навчання та тренування у різних формах, аналізуючи психологічні процеси (РН 7, 19).</p>		<h2>Вплив</h2> <p>Проводити роз'яснювальну роботу та мотивувати населення до здорового способу життя (РН 13).</p>

Модуль 1. Від народження до школи

Тема 1: Предмет, методи і завдання вікової психології (9 год).



Тема 2: Закономірності, чинники та періодизації психічного розвитку (10 год)



Тема 3: Психологічні особливості дошкільного та молодшого шкільного віку (10 год).



Ключовий висновок: Базовий фундамент: Як формується дитяча психіка на самому старті занять спортом.

Модуль 2. Підлітки, юність та дорослість

Тема 4: Психологія підліткового та юнацького віку (10 год).



Тема 6: Вікові особливості мотивації, спілкування і поведінки в умовах спорту (10 год).



Тема 5: Психологія дорослості та пізнього віку (11 год).



Ключовий висновок: Стратегія перемоги: Подолання вікових криз, мотивація до високих досягнень та спортивне довголіття.

Розподіл вашого часу



Рівний баланс між аудиторною роботою та самостійним розвитком.

Формат та методи навчання



Лекції

З елементами проблемного викладу, активними бесідами та аналізом реальних ситуацій.



Практика

Розв'язання психолого-педагогічних кейсів зі спортивної практики.



Семінари

Відкриті дискусії, підготовка повідомлень та захист презентацій.



Самостійно

Опрацювання наукових джерел, аналіз вікових криз та підготовка до контролю.

Самоcтійна робота (30 годин)

Що саме ви будете робити поза аудиторією?

✓	Підготовка структурованих конспектів та тез за темами лекцій.
✓	Аналіз різних підходів до вікової періодизації психічного розвитку.
✓	Розв'язання психолого-педагогічних ситуацій з реального фізичного виховання.
✓	Підготовка фахових повідомлень про конкретні вікові групи.
✓	Підготовка до проміжної контрольної роботи.



Критерії оцінювання: Як здобути максимум?

30 балів

20 балів

20 балів

30 балів

100
Балів

Робота на лекціях,
практичних і семінарах
(Поточний контроль).

Самостійна
робота
(Перевірка
матеріалів).

Контрольна
робота
(Проміжний
контроль).

Залік
(Підсумковий
контроль).

Важливо: До складання заліку допускаються лише ті здобувачі, які виконали завдання самостійної роботи та написали контрольну роботу!

Ваше навчально-методичне забезпечення



Навігатор курсу

Детальна робоча програма.



Бібліотека

Фахові підручники з вікової психології та психології фізичного виховання.



Цифровий простір

Електронні освітні ресурси та авторські презентації викладача.



Практикум

Готові психолого-педагогічні кейси для аналізу поведінки.



Пазл вашої професійності



Вікова психологія — це компонент, який об'єднує ваші знання з фізіології та спортивної тактики. Це здатність розуміти, хто перед вами, і як з ним працювати для досягнення найвищого результату.

Обирайте ВК 3

«Вікова психологія»

5 семестр. 2 кредити.
Інвестиція у ваш професійний інтелект.

Зробіть свій вибір свідомо.
Станьте фахівцем, який розуміє і тіло, і розум!

