**Індивідуальне завдання**

*Індивідуальне завдання* підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах. Зокрема, студенти можуть зробити його у вигляді ***реферату***.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегль Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

Водночас, індивідуальне завдання може бути виконане в інших формах, наприклад, у вигляді дидактичного проєкту, у формі ***презентації*** у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

**Орієнтовний перелік тем для самостійної роботи студентів:**

1. Проблема психологічного забезпечення та супроводу спортивної діяльності.
2. Формування уявлення про психологічне забезпечення та супровід в системі підготовки спортсменів як проблема психології спорту
3. Зміст та напрямки діяльності з психологічного забезпечення та супроводу підготовки кваліфікованих спортсменів
4. Психологічний супровід спортсмена в процесі тренувань та змагань
5. Мотивація особистості в спорті.
6. Психологічні особливості особистості тренера.
7. Особистість спортсмена як суб'єкта спортивної діяльності.
8. Проблема психологічної сумісності в спортивній команді
9. Психологічні аспекти феномена лідерства у спорті.
10. Виникнення і формування міжособистісних відносин у спортивному колективі
11. Роль тренера у створенні соціально-психологічного клімату та ефективної діяльності спортивної команди.
12. Фактори, що впливають на ефективність професійної діяльності психолога у галузі спорту
13. «Особистісні профілі» спортсменів різних видів спорту та кваліфікації
14. Індивідуалізація психологічної підготовки з врахуванням особливостей особистості спортсмена.
15. Психологічний супровід спортсменів-інвалідів у процесі тренувальної та змагальної діяльності
16. Методи регуляції та саморегуляції психічних станів у сфері фізичного виховання і спорту
17. Основні аспекти технології психологічного супроводу спортсменів, які завершають свою спортивну кар’єру
18. Заходи з корекції та відновлення працездатності в психологічному супроводі підготовки спортсменів
19. Особливості впливу психічної напруженості на діяльність спортсмена.
20. Психорегуляція як засіб формування психічної надійності спортсменів
21. Медитативний тренінг: поняття, технологія проведення.
22. Психологічні особливості особистості, які впливають на виникнення та розгортання конфліктів у спортивній діяльності
23. Вольова підготовка у командно-ігрових видах спорту
24. Психологічне консультування, психологічна допомога спортсменам та тренерам
25. Психологічна допомога спортсменам на різних етапах спортивної кар'єри
26. Особливості психологічної підготовки спортсмена у сучасному спорті
27. Методи та засоби психопрофілактики стресових станів у спортивній діяльності.
28. Сучасні модифікації аутогенного тренування та напрями їх використання у спортивній практиці.
29. Ситуативне управління станом та поведінкою спортсмена в під час змагань.
30. Психологічні методи та засоби розвитку тактичного мислення спортсмена.
31. Психологічні аспекти цілепокладання у спорті.
32. Психологічний супровід процесу підготовки юних спортсменів.
33. Система психологічного супроводу спортивної діяльності
34. Навіювання як метод регуляції психічних станів спортсмена
35. Методи регулювання передстартової підготовки спортсмена
36. Психічне напруження як важливий фактор впливу на ефективність діяльності спортсмена.
37. Формування колективу та виховання у ньому школярів під час занять фізичною культурою.
38. Особливості психологічного супроводу спортсменів на етапі передзмагальної підготовки
39. Особистісні детермінанти стійкості спортсменів до стресових станів
40. Психологічні засоби відновлення спортивної працездатності
41. Вербально-музична психорегуляція спортсменів.
42. Психотренінг адаптації до змагальної ситуації.
43. Ментальні методи формування психологічного самозахисту від відволікаючих впливів у спортивній діяльності.
44. Емоційно-вольова саморегуляція негативних психічних станів спортсмена
45. Гіпноз і навіювання як засоби регуляції в спортивній діяльності
46. Особливості застосування ідеомоторного тренування в спорті.
47. Арт-терапія як метод формування стресостійкості у спорті
48. Поняття „оперативне психологічне втручання”, специфіка заходів оперативної психологічної підготовки.
49. Психологічна підготовленість як критерій ефективності психологічного супроводу спортивної діяльності
50. Психодіагностика в психологічному супроводі спортивної діяльності
51. Психологічні основи тактичної підготовки спортсмена
52. Особливості використання тренінгових технологій в психологічному супроводі підготовки спортсменів
53. Організація заходів психологічної підготовки конкретного спортсмена.
54. Емоційна сфера спортсменів і її прояв в спортивній діяльності.
55. Інтелектуальна сфера спортсменів і її прояв в спортивній діяльності.
56. Психомоторна сфера спортсмена і її прояв в спортивній діяльності.
57. Психолого-педагогічний супровід в дитячому спорті
58. Умови формування агресивної поведінки в сфері фізичного виховання і спорту.
59. Дезадаптація та її види в спортивній діяльності.
60. Виховання вольових якостей спортсмена в процесі занять фізичною культурою

**Критерії оцінювання індивідуальної роботи**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Оцінка за національною шкалою** | **Кількість**  **балів** | **Критерії** |
| **відмінно** | 10 | відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), **дотримання норм доброчесності**) |
| 9 | відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), **дотримання норм доброчесності**) |
| **добре** | 8 | виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об`єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), **дотримання норм доброчесності**) |
| 7 | виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об`єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, **дотримання норм доброчесності**) |
| **задовільно** | 6 | виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об`єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, **дотримання норм доброчесності**) |

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.