**Питання для семестрового контролю (залік):**

1. Співвідносність понять «психологічна допомога», психологічна підтримка», психологічний супровід», «психологічне забезпечення».
2. Місце психологічного супроводу в системі фізичного виховання і спорту.
3. Цілі, завдання та форми психологічного супроводу та забезпечення у сфері фізичного вихованні і спорту
4. Історичні передумови виникнення поняття «психологічний супровід» у розвитку психології спорту.
5. Основні напрямки психологічного супроводу особистості спортсмена.
6. Роль психолога на різних етапах спортивної кар'єри
7. Умови та критерії оцінки роботи спортивного психолога
8. Підготовка, зміст та напрямки професійної діяльності практичного психолога у спорті.
9. Психологічний супровід особистості у сфері фізичного виховання і спорту.
10. Система психологічної допомоги спортсмену та тренеру
11. Тренер та проблеми його діяльності з психологічного супроводу підготовки спортсменів.
12. Типові проблеми організації ефективного психологічного супроводу.
13. Особливості психологічного супроводу у навчально-тренувальному процесі.
14. Психологічний супровід фізичної, технічної та тактичної підготовки.
15. Психологічний супровід на різних етапах змагального циклу.
16. Психологічний супровід спортсмена на етапі завершення його спортивної кар’єри.
17. Значення та місце психологічної підготовки в системі підготовки спортсменів.
18. Мета та завдання психологічної підготовки.
19. Види психологічної підготовки у спорті.
20. Планування психологічної підготовки спортсменів
21. Формування стресостійкості у змагальній діяльності
22. Стрес-фактори у змагальній діяльності
23. Мотиваційна сфера спортсмена та особливості її розвитку у фізичному вихованні і спорті.
24. Характеристика вольових якостей особистості спортсмена.
25. Структура та методи вивчення психомоторики спортсмена.
26. Формування психологічного клімату та згуртованості спортсменів в психологічному супроводі підготовки спортивної команди.
27. Динаміка психічних станів у тренувальній діяльності
28. Профілактика несприятливих функціональних станів.
29. Форми та методи навчання спортсмена методам психорегуляції.
30. Завдання та зміст спеціальної психологічної підготовки спортсмена.
31. Психічна готовність до змагання: компоненти та рівні.
32. Безпосередня психологічна підготовка до виконання спортивних вправ
33. Передзмагальні стани та методи їх діагностики.
34. Методи і прийоми регуляції та саморегуляції загального психічного стану спортсмена під час змагань і передстартового психічного стану.
35. Створення ритуалу тренувальної, передзмагальної та змагальної поведінки.
36. Методи оперативного управління станом та поведінкою спортсмена.
37. Психологічний супровід після травм та невдач у змаганні.
38. Післязмагальні психічні стани.
39. Методи ментального тренінгу в психологічному супроводі підготовки спортсменів.
40. Сугестивний вплив – як оптимізація психічного стану спортсмена.

**Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю (екзамен):**

1.Місце психологічного супроводу в системі фізичного виховання і спорту.

2. Цілі, завдання та форми психологічного супроводу та забезпечення у сфері фізичного вихованні і спорту.

3. Співвідносність понять «психологічна допомога», психологічна підтримка», психологічний супровід», «психологічне забезпечення».

4. Історичні передумови виникнення поняття «психологічний супровід» у розвитку психології спорту.

5. Основні напрямки психологічного супроводу особистості спортсмена.

6. Просвітницька і профілактична робота в психологічному супроводі підготовки спортсменів.

7. Психодіагностика в психологічному супроводі спортивної діяльності.

8. Психологічне консультування у сфері фізичного виховання і спорту.

9. Психологічна корекція та психотерапія як види психологічної допомоги спортсменам.

10. Психологічна підготовка та вирішення завдань тренування важливих для спортсмена психологічних умінь, навиків, установок.

11. Теоретичні аспекти впровадження психологічного тренінгу у сферу фізичного виховання і спорту.

12. Типові проблеми організації ефективного психологічного супроводу.

13. Роль психологічного супроводу у розвитку особистості спортсмена.

14. Підходи та організація психологічного супроводу особистості.

15. Спортивна діяльність як об'єкт психологічного супроводу.

16. Виховання у спорті. Формування особистості у процесі занять спортом.

17. Моделі типового та еталонного спортсмена.

18. Методи вивчення особистості спортсмена.

19. Індивідуалізація психологічної підготовки з урахуванням особливостей особистості спортсмена.

20. Тренер та проблеми його діяльності з психологічного супроводу підготовки спортсменів.

21. Заходи профілактики «синдрому вигоряння» у тренерській діяльності.

22. Психологічні особливості та чинники, що зумовлюють успішність тренерської діяльності.

23. Психологічні аспекти побудови спортивної команди і діяльність тренера.

24. Роль психолога на різних етапах спортивної кар'єри.

25. Підготовка, зміст та напрямки професійної діяльності практичного психолога у спорті.

26. Професійні та особистісні вимоги, що висуваються до особистості спортивного психолога.

27. Фактори, що впливають на ефективність професійної діяльності психолога у галузі фізичного виховання і спорту.

28. Критерії оцінки ефективності професійної діяльності психолога у спорті.

29. Особливості психологічного супроводу у навчально-тренувальному процесі в системі фізичного виховання і спорту.

30. Психологічні особливості спортивної групи.

31. Поняття «соціально-психологічного клімату» у спортивній команді.

32. Формування психологічного клімату та згуртованості спортсменів в психологічному супроводі підготовки спортивної команди.

33. Лідерство та керівництво в спортивній групі.

34. Успішність спортивної діяльності і спілкування.

35. Аналіз психологічного клімату в групі, його формування та врахування у навчально-тренувальному процесі.

36. Психологічний супровід фізичної, технічної та тактичної підготовки.

37. Психологічні основи фізичної підготовки.

38. Психологічна характеристика фізичних якостей (рухових здібностей).

39. Система управління та побудови рухами за М.О. Бернштейном.

40. Психологічна структура рухової дії. Руховий досвід, його психологічні особливості, основні етапи та закономірності формування.

41. Роль психічних процесів у формуванні рухової навички.

42. Роль ідеомоторних актів у регуляції рухових процесів.

43. Методика проведення ідеомоторного тренування у спорті.

44. Значення та місце психологічної підготовки в системі підготовки спортсменів.

45. Мета та завдання психологічної підготовки.

46. Види психологічної підготовки у спорті.

47. Планування психологічної підготовки спортсменів

48. Психологічний супровід загальної та спеціальної психологічної підготовки спортсмена.

49. Психологічна підготовка спортсмена до виконання спортивної вправи.

50. Моделювання майбутніх змагань в умовах тренувального процесу.

51. Планування змагального результату та його врахування у спеціальній психологічній підготовці.

52. Створення ритуалу тренувальної, передзмагальної та змагальної поведінки.

53. Мотиваційна сфера спортсмена та особливості її розвитку у фізичному вихованні і спорті.

54. Динаміка мотивів спортивної діяльності на етапах багаторічної підготовки.

55. Динаміка мотивації в змагальному та тренувальному періоді.

56. Мотиви досягнення та уникнення невдачі в різних видах спорту.

57. Поетапність мотивації спортсмена щодо ефективної спортивної діяльності.

58. Гендерні відмінності мотивів заняття спортом.

59. Психологічний супровід та підготовка спортсмена до змагальної діяльності.

60. Структурні компоненти стану психічної готовності спортсменів до змагання.

61. Психологічна реабілітація після травм та невдач у змаганні.

62. Психологічний аналіз результатів змагального циклу.

63. Післязмагальні психічні стани.

64. Кризові стани: вікові, ситуаційні, професійні кризи.

65. Стрес-фактори у змагальній діяльності.

66. Симптоми дистресу у спортсменів.

67. Нервово-психічна напруга та її ознаки.

68. Основні стадії психічного перенапруження.

69. Психологічна характеристика предстартових станів та їх видів.

70. Причини виникнення несприятливих психічних станів у спорті.

71. Морально-вольова підготовка спортсмена.

72. Характеристика вольових якостей спортсмена.

73. Формування умінь психічної саморегуляції на різних етапах підготовки спортсменів.

74. Формування навичок психічної саморегуляції у спортсменів на різних етапах підготовки спортсменів.

75. Психологічний супровід спортсмена на етапі завершення його спортивної кар’єри.

76. Соціально-психологічна адаптація спортсменів, які завершують спортивну кар'єру.

77. Динаміка психічних станів у тренувальній діяльності.

78. Моніторинг динаміки психічного стану спортсмена у змаганні як основа психологічного аналізу змагань.

79. Форми та методи психологічного секундування.

80. Класифікація несприятливих психічних станів спортсменів.

81. Причини виникнення несприятливих передстартових та післязмагальних станів спортсменів.

82. Методи оперативного управління станом та поведінкою спортсмена.

83. Методи і прийоми регуляції та саморегуляції загального психічного стану спортсмена під час змагань і передстартового психічного стану.

84. Методи ментального тренінгу в психологічному супроводі підготовки спортсменів.

85. Методи ауто або саморегуляції та гетерорегуляції.

86. Характеристика сугестивних методів та їх ефективність у сфері фізичного виховання та спорту.

87. Методи проведення самонавіювання.

88. Функціональна музика як засіб психологічної підготовки.

89. Мислення спортсмена в структурі діяльності та формування позитивного мислення.

90. Методика формування ефективного мислення у спортсмена.