КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ
KYIV NATIONAL UNIVERSITY OF CONSTRUCTION AND ARCHITECTURE

МАГІСТР
(освітній ступінь / educational level)

Кафедра / Chair **Фізичного виховання і спорту**

«**Затверджую/ Approve**»
Голова НМР факультету /
Faculty Chairman of SMC
_____
_____ Олена НЕФЄРЕНКО
«_10_» _Вересня_ 2026

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ
"КВАЛІФІКАЦІЙНИЙ ІСПИТ"

(шифр на назва освітньої компоненти / code and name of the educational component)

Шифр/ code	назва спеціальності, освітньої програми / name of specialty, educational program
А7	Ментальна підготовка у фізичному вихованні і спорті

Мова викладання/ Teaching language: українська

Розробники / Developers:

Іваннікова Г.В., к.психол.н., доцент _____
(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання / surname and initials, academic degree, rank) (підпис / signature)

Човнюк Ю.В., к.техн.н., доцент _____
(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання / surname and initials, academic degree, rank) (підпис / signature)

Наумець Є.О., ст.викл. _____
(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання / surname and initials, academic degree, rank) (підпис / signature)

Войтенко О.А., ст.викл. _____
(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання / surname and initials, academic degree, rank) (підпис / signature)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри ФВіС
The work program was approved at the meeting of the chair
Протокол/ Protocol № _*8*_ від / of «_30_» **ЧЕРВНЯ** 2026

Завідувач кафедри / Head of Chair _____ /Олександр ШАМИЧ/
(підпис)

Схвалено гарантом освітньої програми / Approved by the educational program guarantor
Гарант ОП / Guarantor of EP _____ /Ганна ІВАННІКОВА/
(підпис)

Розглянуто на засіданні науково-методичної комісії спеціальності /
Considered at the meeting of the scientific-methodical commission of the specialty
Протокол/ Protocol № _*3*_ від / of «_30_» **ЧЕРВНЯ** 2026

ВИТЯГ З РОБОЧОГО НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2026/2027

EXTRACT FROM THE CURRICULUM PLAN

Шифр / Code	Назва спеціальності, освітньої програми/ name of specialty, educational program	Форма здобуття ВО / Form of study: **денна / full-time**												
		Кількість кредитів ECTS/ ECTS credits	Кількість годин / Number of hours					Кількість індивідуальних робіт / Number of individual tasks				Форма контролю / Form of control	Семестр / Semester	Погодження заступником декана факультету/ Approval by the deputy dean
			Всього / Total volume	Аудиторних / Auditory				Самостійна робота / Individual work						
				Разом/ Total volume	у тому числі / including:				КП/ CP	КР/ CW	РГР/ CGW	Конт.роб/ Ind.task		
					лекції / lectures	лаборатор / laboratory	практичні / practical							
А7	Ментальна підготовка у фізичному вихованні і спорті	*3*	*90*	*4*	*4*			*86*					*1*	*2*

Шифр / Code	Назва спеціальності, освітньої програми/ name of specialty, educational program	Форма здобуття ВО / Form of study: **(заочна)**												
		Кількість кредитів ECTS/ ECTS credits	Кількість годин / Number of hours					Кількість індивідуальних робіт / Number of individual tasks				Форма контролю / Form of control	Семестр / Semester	Погодження заступником декана факультету/ Approval by the deputy dean of the faculty
			Всього / Total volume	Аудиторних / Auditory				Самостійна робота / Individual work						
				Разом/ Total volume	у тому числі / including:				КП/ CP	КР/ CW	РГР/ CGW	Конт.роб/ Ind.task		
					лекції / lectures	лаборатор / laboratory	практичні / practical							
А7	Ментальна підготовка у фізичному вихованні і спорті	*3*	*90*	*4*	*4*			*86*					*1*	*2*

1. Загальні вимоги до складання атестації здобувачів вищої освіти

Атестація випускників освітньо-професійної програми «Ментальна підготовка у фізичному вихованні і спорті» спеціальності А7 Фізична культура і спорт здійснюється у формі кваліфікаційного іспиту та публічного захисту кваліфікаційної роботи і завершується видачою документу встановленого зразка про присвоєння кваліфікації: ступінь вищої освіти *магістр фізичної культури і спорту* та підтверджена професійна кваліфікація в галузі А - Освіта зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт.

Атестаційний екзамен передбачає оцінювання: здобутих результатів навчання, визначених стандартом вищої освіти зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт галузі знань А - Освіта для другого (магістерського) рівня вищої освіти; рівня сформованості інтегральної, загальних, спеціальних (фахових, предметних) компетентностей; здобутих теоретичних знань, практичних умінь та навичок з обов'язкових освітніх компонентів професійної підготовки.

У програму кваліфікаційного іспиту включено обов'язкові освітні компоненти професійної підготовки, а саме: «Психологічний супровід у ФВіС», «Професійна майстерність тренера», «Теорія і методика викладання ФВ у ЗВО», «Основи психодіаностики у ФВіС», «Основи психогігієни у ФВіС», «Спортивна підготовка в екстремальних умовах зовнішнього середовища».

Порядок проведення кваліфікаційного іспиту відбувається відповідно до «Положення про порядок створення та організацію роботи екзаменаційної комісії в Київському національному університеті будівництва і архітектури» (затверджено вченою радою КНУБА від 12.06.2024р. протокол № 223) (https://www.knuba.edu.ua/wp-content/uploads/2024/06/polozhennya-pro-poryadok-stvorennya-ta-organizacziyu-roboty-ekzamenaczijnoyi-komisiyi.pdf). Це Положення розроблено на підставі Законів України «Про вищу освіту», «Про освіту», Постанови Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р.

№ 1341 «Про затвердження Національної рамки кваліфікацій», та інших нормативних актів України з питань освіти, Статуту КНУБА, Положення про організацію навчального процесу в Київському національному університеті будівництва і архітектури.

Метою підсумкової атестації студента є визначення фактичної відповідності його підготовки вимогам стандарту освіти за спеціальністю. Атестація проводиться за акредитованими спеціальностями та завершується видачею документів встановленого зразка про рівень освіти та здобуту кваліфікацію.

Атестація випускників здійснюється екзаменаційною комісією (ЕК) на підставі оцінки рівня здобутих компетентностей випускників, передбачених відповідним рівнем національної рамки кваліфікацій і стандартом освіти фахівців за спеціальністю. Терміни проведення атестації визначаються навчальними планами підготовки фахівців та графіком навчального процесу. Атестації підлягає кожен студент після повного виконання ним навчального плану за відповідним освітнім рівнем.

За обставин, що унеможливлюють очне проведення кваліфікаційного іспиту, його проводять із застосуванням дистанційних технологій у синхронному режимі з відеозв’язком. Затверджена процедура визначає форму проведення, зміст і структуру завдань, критерії оцінювання, інформаційно-комунікаційну платформу та порядок повторного складання у разі технічних перешкод. Розклад затверджують не пізніше ніж за два тижні до початку атестації та доводять до відома учасників. Передекзаменаційні консультації можуть проводитися дистанційно.

Документальний супровід дистанційного іспиту здійснюється відповідно до вимог університету щодо атестації. Результати оформлюють протоколами засідань ЕК. Підписи на паперових примірниках документів допускається збирати після завершення дистанційної роботи з подальшим поданням документів у встановленому порядку.

Атестація здобувачів вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Ментальна підготовка у фізичному вихованні і спорті» другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт» покликана встановити відповідності засвоєних здобувачами вищої освіти рівня та обсягу знань, умінь, загальних та спеціальних компетентностей вимогам стандарту вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт».

2. Програма кваліфікаційного іспиту здобувачів вищої освіти

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗДАЧІ КВАЛІФІКАЦІЙНОГО ІСПИТУ З ОБОВ'ЯЗКОВИХ ОСВІТНІХ КОМПОНЕНТІВ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

«Психологічний супровід у ФВіС».

Питання з дисципліни «Психологічний супровід у ФВіС» для кваліфікаційного іспиту

1. Цілі, завдання та форми психологічного супроводу у сфері фізичного виховання і спорту.
2. Основні напрями психологічного супроводу особистості спортсмена.
3. Просвітницька і профілактична робота в психологічному супроводі підготовки спортсменів.
4. Психологічне консультування у сфері фізичного виховання і спорту.
5. Індивідуалізація психологічної підготовки з урахуванням особливостей особистості спортсмена.
6. Роль тренера у психологічному супроводі підготовки спортсменів.
7. Формування психологічного клімату та згуртованості спортивної команди.
8. Психологічний супровід фізичної, технічної та тактичної підготовки.
9. Роль психічних процесів у формуванні рухової навички.
10. Методика проведення ідеомоторного тренування у спорті.
11. Планування психологічної підготовки спортсменів.

12. Психологічний супровід загальної та спеціальної психологічної підготовки спортсмена.
13. Мотиваційна сфера спортсмена та особливості її розвитку у фізичному вихованні і спорті.
14. Психологічний супровід та підготовка спортсмена до змагальної діяльності.
15. Психологічна характеристика передстартових станів та їх видів.
16. Морально-вольова підготовка спортсмена.
17. Формування навичок психічної саморегуляції у спортсменів на різних етапах підготовки.
18. Методи і прийоми регуляції та саморегуляції психічного стану спортсмена перед змаганнями та під час їх проведення.
19. Психологічна реабілітація після травм та невдач у змаганнях.
20. Психологічний супровід спортсмена на етапі завершення спортивної кар'єри.

«Професійна майстерність тренера».

1. Принципи побудови тренерської роботи.
2. Цінність тренерської філософії.
3. Задачі тренера як фахівця.
4. Стилі тренерської поведінки зі спортсменами.
5. Етичний кодекс тренера.
6. Становлення характеру спортсмена під впливом тренера.
7. Гендерні, вікові та інтелектуальні відмінності спортсменів в тренерській роботі.
8. Основні проблеми комунікації зі спортсменами в роботі тренера.
9. Управління поведінкою спортсменів під час тренування та на змаганнях.
10. Мотивація спортсменів в роботі тренера.
11. Позитивна дисципліна.
12. Превентивна дисципліна.
13. Коригуюча дисципліна.
14. Дидактичні принципи та принципи спортивного тренування.
15. Технічна підготовка спортсменів різної кваліфікації.
16. Тактична підготовка спортсменів різної кваліфікації.
17. Фізична підготовка спортсменів різної кваліфікації.
18. Енергетичні можливості організму спортсмена залежно від виду спорту.
19. Управління командою. Управління взаєминами між спортсменами.
20. Управління ризиками (10 правових обов'язків тренера).

«Теорія і методика викладання ФВ у ЗВО».

1. Спільні та відмітні риси методики початкового навчання з різних видів спорту.
2. Особливості початкового навчання спортивних дисциплін у дорослому віці.
3. Особливості організації та проведення занять з ігрових видів спорту у вищих
4. навчальних закладах.
5. Методика викладання волейболу.
6. Методика викладання баскетболу.
7. Методика викладання футболу.
8. Особливості організації та проведення занять з циклічних видів спорту у вищих навчальних закладах.
9. Методика викладання плавання.
10. Методика викладання легкої атлетики.
11. Методика викладання аеробіки.
12. Особливості проведення лекцій зі спортивних дисциплін.
13. Особливості проведення практичних занять зі спортивних дисциплін.
14. Особливості проведення контрольних заходів зі спортивних дисциплін.
15. Педагогічний аналіз занять зі спортивних дисциплін.
16. Організація спортивних клубів у вищих навчальних закладах.
17. Документи звітності викладачів вищих навчальних закладів.
18. Особливості проведення спартакіади у вищому навчальному закладі.

«Основи психодіаностики у ФВіС».

1. Визначте предмет і завдання психодіагностики у сфері фізичного виховання і спорту.
2. Розкрийте послідовність основних етапів психодіагностичного обстеження.
3. Визначте правила конфіденційності, мінімізації даних і погодження передачі результатів.
4. Визначте межі компетентності фахівця фізичного виховання і спорту та підстави для залучення інших спеціалістів.
5. Розкрийте поняття надійності та способи її оцінювання: внутрішню узгодженість, повторне тестування й узгодженість експертів.
6. Поясніть поняття валідності інтерпретації результатів та основні джерела доказів валідності.

7. Порівняйте самооцінювання, експертну оцінку, опитувальники та методи виконання завдань.
8. Охарактеризуйте мотиви участі у спорті та фізичній активності, внутрішню мотивацію, зовнішню регуляцію й амотивацію.
9. Розмежуйте ситуативну й особистісну тривожність, когнітивні та соматичні прояви змагальної тривоги.
10. Охарактеризуйте концентрацію, стійкість, вибірковість і переключення уваги у спортивній діяльності.
11. Поясніть способи оцінювання використання уяви, внутрішнього мовлення та цілепокладання.
12. Охарактеризуйте принципи побудови тижневого моніторингу сну, втоми, стресу та відновлення.
13. Охарактеризуйте ознаки виснаження та спортивного вигорання, які потребують додаткового уточнення, і межі висновків за самозвітом.
14. Охарактеризуйте командну згуртованість, соціально-психологічний клімат, психологічну безпеку та взаємини «спортсмен — тренер» як об’єкти оцінювання.
15. Охарактеризуйте структуру психологічного висновку та вимоги до обґрунтування його положень.

«Основи психогігієни у ФВіС»

1. Психогігієна − наука про збереження психічного здоров’я людини.
2. Завдання практичної психогігієни особистості.
3. Психогігієна емоційної сфери.
4. Діагностика психічних станів.
5. Психологічна стійкість особистості.
6. Чинники психологічної стійкості у фізичному виховання і спорті.
7. Психогігієна дітей.
8. Психогігієна дитячо-батьківських відносин.

«Спортивна підготовка в екстремальних умовах зовнішнього середовища»

1. Характеристика системи спортивної підготовки.
2. Характеристика спортивних змагань.
3. Мета і завдання спортивного тренування.
4. Закономірності та принципи спортивного тренування.
5. Засоби та методи спортивного тренування.
6. Методи управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів.
7. Педагогічний контроль у спортивному тренуванні.

8. Етапне, поточне та оперативне управління у спортивному тренуванні.
9. Комплексний контроль у спортивному тренуванні.

3. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ТА ВМІНЬ СТУДЕНТА

Розподіл балів для дисципліни з формою контролю екзамен

Кваліфікаційний іспит			Всього за екзамен
Питання			
1	2	3	
35	35	30	100

Нормативи оцінювання відповіді на 1 та 2 запитання:
«27-35»:
- за глибоке засвоєння програмного матеріалу;
- за повні відповіді на питання;
- вміння розв'язувати конкретні практичні завдання.

«18-26»:
- за повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому;
- змістовні відповіді на запитання;
- усвідомлене застосування знань для розв'язання практичних завдань;
- охайне оформлення роботи, у відповіді можуть бути окремі неточності.

«9-17»:
- за часткове, неповне висвітлення змісту питань комплексного завдання;
- недостатнє вміння застосовувати теорію для розв'язання практичних задач;
- неточність при формуванні записів;
- завдання, в основному, виконане, мета досягнута, є розуміння основних положень матеріалу.

«0-8»:
- за неопанування значної частини програмного матеріалу;
- за невиконане завдання;
- нерозкриття змісту питань, незнання теорії основних питань і термінів.

Нормативи оцінювання відповіді на 3 запитання:
«24-30»:
- за глибоке засвоєння програмного матеріалу;
- за повні відповіді на питання;
- вміння розв'язувати конкретні практичні завдання.

«17-23»:
- за повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому;
- змістовні відповіді на запитання;
- усвідомлене застосування знань для розв'язання практичних завдань;
- охайне оформлення роботи, у відповіді можуть бути окремі неточності.

«10-16»:
- за часткове, неповне висвітлення змісту питань комплексного завдання;
- недостатнє вміння застосовувати теорію для розв'язання практичних задач;
- неточність при формуванні записів;
- завдання, в основному, виконане, мета досягнута, є розуміння основних положень матеріалу.

«0-9»:
- за неопанування значної частини програмного матеріалу;
- за невиконане завдання;
- нерозкриття змісту питань, незнання теорії основних питань і термінів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

за національною шкалою	за 100-бальною шкалою/бали	ЄКТС	Критерії оцінювання
відмінно	90 – 100	A	відмінне виконання з незначними неточностями
добре	82 – 89	B	вище середніх стандартів, але з деякими недоліками
добре	74 – 81	C	в цілому змістовна робота з недоліками
задовільно	64 – 73	D	достатній рівень, але зі значними недоліками
задовільно	60 – 63	E	виконання відповідає мінімальним критеріям
незадовільно	менше 60	FX	не відповідає вимогам рівня атестації

A – відмінно 90-100	Студент має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.
B – добре 82-89	Студент має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.
C – добре 74-81	Студент знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і 13 спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.
D – задовільно 64-73	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній культурі, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих
E – задовільно 60-63	Студент має базовий рівень знань, володіє необхідними уміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної дільності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.
FX – незадовільно менше 60	Студент мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабко орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Методичне забезпечення дисципліни

Підручники

1. Бех І. Д. Виховання особистості : підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Либідь, 2008. 848 с.
2. Вейнберг Р. С., Гоулд Д. Психологія спорту / пер. з англ. Київ : Олімпійська література, 2001. 336 с.
3. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія та її практичні застосування : підручник для тренерів : у 2 кн. Київ, 2015. 680 с.
4. Коцур Н. І., Товкун Л. П., Варивода К. С. Психогігієна : підручник. Переяслав-Хмельницький : Домбровська Я. М., 2018. 632 с.
5. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : підручник для студентів закладів вищої освіти фізичного виховання і спорту : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2012. Т. 1. 392 с.

Навчальні посібники

6. Артемова Л. В. Педагогіка і методика вищої школи : навч. посіб. Київ : Кондор, 2008. 272 с.
7. Вітвицька С. С. Основи педагогіки вищої школи : підручник за модульно-рейтинговою системою навчання. 2-ге вид. Київ : Центр навчальної літератури, 2011. 384 с.
8. Деминський А. Ц. Основи теорії і методики фізичного виховання : навч. посіб. Донецьк : Дамінанта, 1996. 328 с.
9. Дубогай О. Д. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров’я до спеціальної медичної групи : навч. посіб. Луцьк : Надстир’я, 2007. 220 с.
10. Єрмала А. М. Технологія організації науково-методичної роботи з педагогічними кадрами : навч. посіб. Харків : Т.О. Гімназія, 1999. 127 с.
11. Лоза Т. О., Затилкін В. В. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посіб. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2004. 76 с.
12. Лоза Т. О., Прокопова Л. І. Кредитно-модульна система оцінки знань студентів з теорії і методики фізичного виховання : практикум для студентів спеціальності «Фізична культура». Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2007. 200 с.
13. Волкова В. І. Психологія спорту : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2007. 298 с.
14. Воронова В. І. Психологія спорту : навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Олімпійська література, 2007. 298 с.
15. Гогунов Є. М. Психологія фізичного виховання і спорту. Київ : Академія, 2000. 288 с.
16. Височіна Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Київ : Центр учбової літератури, 2017. 384 с.
17. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2015. 184 с.

18. Іваннікова Г. В., Шамич О. М., Сердюк Л. З. Фізична культура і спорт як основа здоров'я і благополуччя особистості : навч. посіб. Київ : КНУБА, Талком, 2023. 130 с.
19. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Українська спортивна Асоціація, 1992. 269 с.
20. Кириленко Т. С. Психологія спорту. Регуляція психічних станів : навч. посіб. Київ : Інститут післядипломної освіти Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 2002. 112 с.
21. Коробейніков Г. В. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2013. 312 с.
22. Коцур Н. І., Гармаш Л. С. Психогігієна : навч. посіб. Чернівці : Книги – ХНІ, 2005. 380 с.
23. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навч. посіб. Київ : Ніка-Центр, 2009. 580 с.
24. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Косенко А. Ф., Кочергін Т. І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : навч. посіб. Київ : Інкос, 2002. 272 с.
25. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки. 2-е изд., доп. и дораб. Киев : КНТ, 2016. 683 с.
26. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика : навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Ніка-Центр, 2009. 399 с.
27. Лисенко Л. Л. Психологічні аспекти підготовки спортсменів : навч.-метод. посіб. Чернігів : Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2011. 64 с.
28. Ложкін Г. В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум : учеб. пособ. Київ : Освіта України, 2011. 484 с.
29. Ложкін Г. В. Психологічний клімат спортивної команди : навч.-метод. посіб. Вінниця : ВДПУ ім. М. Коцюбинського, 2006. 113 с.
30. Любіна Л. А., Борисюк А. С., Радчук В. М. Психодіагностика : навч. посіб. Чернівці, 2018. 276 с.
31. Наконечний І. Ю. Психологія фізичного виховання та спорту : навч.-метод. посіб. Чернівці : Рута, 2015. 91 с.
32. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена. Київ : Олімпійська література, 1995. 320 с.
33. Руденко М. В., Смірнов В. М., Калениченко Р. А., Гаврилюк В. О. Психолого-педагогічне забезпечення навчально-виховного процесу : навч. посіб. Київ : КНУБА, 2014. 432 с.
34. Толкунова І. В., Гринь О. Р., Смоляр І. І., Голець О. В. Психологія здоров'я людини : навч. посіб. Київ : ТАЛКОМ, 2019. 183 с.
35. Човнюк Ю. В., Шарапов Д. М. Розвиток рухової активності та фізичне вдосконалення студентської молоді : навч. посіб. Київ : КНУБА, ЦП «КОМПРИНТ», 2012. Ч. 1. 475 с.; Ч. 2. 474 с.
36. Штифурак В. С. Психологічна підготовка в процесі спортивної діяльності : навч.-метод. посіб. Вінниця : Планер, 2008. 170 с.
37. Чала Ю. М., Шахрайчук А. М. Психодіагностика : навч. посіб. Харків : НТУ «ХПІ», 2018. 246 с.

38. Филиппов М. М. Психофизиология функциональных состояний : учеб. пособ. Киев : МАУП, 2006. 240 с.
39. Бочелюк В. Й., Черепєхіна О. А. Психологія спорту : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2022. 224 с.
40. Воронова В. І. Психологія спорту : навч. посіб. 3-тє вид., без змін. Київ : НУФВСУ, Олімпійська література, 2017. 272 с.
41. Кравченко Т. П. Психологія фізичного виховання : навч. посіб. Переяслав : Домбровська Я. М., 2021. 218 с.
42. Панчук Н. П. Психологія спорту : навч. посіб. для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за освітньо-професійною програмою «Практична психологія» спеціальності 053 «Психологія» [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2024. 296 с.
43. Петровська Т. В. Майстерність спортивного педагога : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2015. 184 с.

Монографії

44. Олійник Н. А., Войтенко С. М. Психологічні особливості спортивної діяльності : монографія. Вінниця : ВНАУ, 2020. 240 с.

Конспекти лекцій

45. Акімова Л. Н. Психологія спорту : курс лекцій. Одеса : Студія «Негоціант», 2004. 127 с.

Методичні роботи

46. Іваннікова Г. В. Психологічний супровід у фізичному вихованні і спорті : методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня магістр. Київ : КНУБА, Талком, 2023. 40 с.
47. Канішевський С. М., Киселевська С. М. Теорія спорту : методичні вказівки. Київ : КНУБА, Талком, 2023. 27 с.
48. Основи психодіагностики у фізичному вихованні і спорті : методичні вказівки до вивчення курсу / уклад. Р. А. Калениченко. Київ : КНУБА, 2022. 28 с.
49. Основи психогігієни у фізичному вихованні і спорті : методичні вказівки до вивчення курсу / уклад. Р. А. Калениченко. Київ : КНУБА, 2022. 28 с.
50. Методичні рекомендації до організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Основи психогігієни» для здобувачів вищої освіти зі спеціальності 053 «Психологія» / І. П. Кондратьєва. Одеса : Університет Ушинського, 2022. 30 с.
51. Озерова О. А. Ергогенні засоби в спорті : методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня магістр. Київ : КНУБА, Талком, 2023. 29 с.
52. Спортивна підготовка в екстремальних умовах зовнішнього середовища : методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня магістр / уклад. Ю. В. Човнюк. Київ : КНУБА, Талком, 2023. 41 с.

Додаткова сучасна наукова література

53. Андрєєва О., Бишевець Н., Плєшакова О. Вплив рухової активності на підвищення стресостійкості здобувачів вищої освіти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2023. № 2. С. 32–36. DOI: 10.32652/tmfvs.2023.2.32-36.

54. Іваннікова Г. В. Психологічний супровід спортсмена на етапі завершення його спортивної кар'єри. Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України : матеріали VII Міжнародної конференції, м. Київ, 14 листопада 2024 р. Київ : Ліра-К, 2025. С. 148–152.
55. Рибак Л. О., Поляничко О. М., Єретик А. А., Кулаков Б. С. Рівень психологічної готовності дзюдоїстів до змагань. Єдиноборства. 2022. № 1 (23). С. 31–41. DOI: 10.15391/ed.2022-1.04.
56. Толкунова І. В., Гринь О. Р., Смоляр І. І., Бондаренко О. О. Стресостійкість студентів-спортсменів у кризових умовах воєнного часу. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2025. Вип. 4 (190). С. 170–178. DOI: 10.31392/UDU-nc.series15.2025.04(190).35.
57. Фазан В., Попов О., Онищенко В. Психологічний супровід підготовки спортсменів підліткового віку. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2025. № 1. С. 3–16. DOI: 10.20998/2078-7782.2025.1.01.
58. Іваннікова Г. В., Кривенко Є. А. Вплив образу тіла на мотивацію до фізичної активності. Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України : матеріали VII Міжнародної конференції, м. Київ, 14 листопада 2024 р. Київ : Ліра-К, 2025. С. 155–157.
59. Іваннікова Г. В., Руденко А. І. Зв'язок самоактуалізації особистості спортсмена із узгодженням його життєвих цілей. Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України : матеріали VII Міжнародної конференції, м. Київ, 14 листопада 2024 р. Київ : Ліра-К, 2025. С. 163–164.
60. Іваннікова Г. В. Ментальні технології у психологічному відновленні спортсменів після інтенсивних навантажень. Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України : матеріали VIII Міжнародної конференції, м. Київ, 12 листопада 2025 р. Київ : Ліра-К, 2026. С. 159–163.
61. Іваннікова Г. В., Павліковський М. М. Особливості формування стійкості до стресу у спортсменів, що займаються бойовими видами спорту. Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України : матеріали VIII Міжнародної конференції, м. Київ, 12 листопада 2025 р. Київ : Ліра-К, 2026. С. 163–165.
62. Тукаєв С. В., Погорільська Н. І., Макарчук М. Ю., Федорчук С. В. Емоційне вигорання у кваліфікованих спортсменів. Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія. 2022. № 1. С. 28–32. DOI: 10.32652/spmed.2022.1.28-32.
63. Ву Юньхуей, Фольварочний І., Чен Лі, Гринь О., Гак А. Моделювання профілактики емоційного вигорання юних спортсменів в академічному веслуванні. Sport Science Spectrum. 2025. № 4. С. 90–94. DOI: 10.32782/spectrum/2025-4-12.
64. Скориніна-Погребна О. В., Рибалко О., Твердохлєбова Н. Є. Емоційне вигорання спортсменів в умовах війни: профілактика та шляхи відновлення ресурсів. Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та

перспективи : збірник тез XXV Міжнародної науково-практичної конференції, 4 грудня 2025 р. Харків : ХДАФК, 2025. С. 374–375.

Нормативні акти

65. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII.
66. Про вищу освіту : Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII.
67. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24.12.1993 № 3808-XII.
68. Про систему охорони психічного здоров'я в Україні : Закон України від 15.01.2025 № 4223-IX.
69. Про захист персональних даних : Закон України від 01.06.2010 № 2297-VI.
70. Кодекс законів про працю України від 10.12.1971 № 322-VIII.
71. Про затвердження Національної рамки кваліфікацій : постанова Кабінету Міністрів України від 23.11.2011 № 1341.
72. Про затвердження переліку галузей знань і спеціальностей, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої та фахової передвищої освіти : постанова Кабінету Міністрів України від 29.04.2015 № 266.
73. Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для другого (магістерського) рівня вищої освіти : наказ Міністерства освіти і науки України від 11.05.2021 № 516.
74. Про схвалення Стратегії розвитку вищої освіти в Україні на 2022–2032 роки : розпорядження Кабінету Міністрів України від 23.02.2022 № 286-р.
75. Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року : постанова Кабінету Міністрів України від 04.11.2020 № 1089.
76. Про Типові правила внутрішнього трудового розпорядку для працівників навчально-виховних закладів системи Міністерства освіти України : наказ Міністерства освіти України від 20.12.1993 № 455.

Інформаційні ресурси

77. Бібліотека Київського національного університету будівництва і архітектури. URL: https://library.knuba.edu.ua/.
78. Освітній сайт Київського національного університету будівництва і архітектури. URL: https://org2.knuba.edu.ua/.
79. Інституційний репозитарій Київського національного університету будівництва і архітектури. URL: https://repositary.knuba.edu.ua/.
80. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL: https://www.nbuv.gov.ua/.
81. Інституційний репозитарій Національного університету фізичного виховання і спорту України. URL: https://reposit.uni-sport.edu.ua/.
82. Наука в олімпійському спорті : науковий журнал. URL: https://sportnauka.org.ua/.
83. Психологія спорту : електронний матеріал. URL: https://studopedia.com.ua/1_405853_tema-psihologIchna-pIdgotovka-v-sportI.html.
84. Міністерство молоді та спорту України : офіційний вебпортал. URL: https://mms.gov.ua/.