

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРЕМЕНЧУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ОСТРОГРАДСЬКОГО



МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
ЩОДО СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЯ, ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я»
ДЛЯ СТУДЕНТІВ ДЕННОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ
ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ
014.11 – «СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)»
ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

КРЕМЕНЧУК 2020

Методичні вказівки щодо семінарських занять з навчальної дисципліни «Психологія, психологія здоров'я» для студентів денної форми навчання зі спеціальності 014.11 – «Середня освіта (фізична культура)» освітнього ступеня «Бакалавр»

Укладач к. психол. н., доц. О. С. Куш

Рецензент к. б. н., доц. О. І. Антонова

Кафедра здоров'я людини та фізичної культури

Затверджено методичною радою Кременчуцького національного університету імені Михайла Остроградського

Протокол № ____ від _____

Голова методичної ради _____ проф. В. В. Костін

ЗМІСТ

Вступ.....	5
1 Тематичний план вивчення навчальної дисципліни.....	9
2 Перелік тем і зміст семінарських занять.....	10
Змістовий модуль 1 Основи психології.....	10
Семінарське заняття № 1 Психологічна наука, її розвиток і сучасний стан.....	10
Семінарське заняття № 2 Психічні процеси, їх функції та розвиток	11
Семінарське заняття № 3 Емоційно-вольова сфера.....	12
Семінарське заняття № 4 Темперамент і характер.....	13
Семінарське заняття № 5 Проблема особистості у психології. Спрямованість як провідна підструктура особистості	15
Семінарське заняття № 6 Основи психології спілкування	16
Семінарське заняття № 7 Психологічні засади діяльності та здібностей людини.....	17
Семінарське заняття № 8 Розвиток особистості. «Я-концепція». Психологічний захист.....	19
Змістовий модуль 2 Розвиток особистості	20
Семінарське заняття № 9 Предмет, завдання, методи вікової та педагогічної психології.....	20
Семінарське заняття № 10 Основні закономірності психічного розвитку....	21
Семінарське заняття № 11 Психологічні особливості розвитку особистості в онтогенезі.....	23
Семінарське заняття № 12 Поняття соціальної групи. Класифікація груп...	25
Семінарське заняття № 13 Соціально-психологічні аспекти взаємовідносин у соціальних групах	26
Семінарське заняття № 14 Психологічні особливості спілкування. Комунікація та взаєморозуміння	27
Семінарське заняття № 15 Основні етапи розвитку особистості професіонала	29
Семінарське заняття № 16 Особливості психології дорослих людей у різні періоди життя.....	30
Семінарське заняття № 17 Психологія педагогічної діяльності.....	31
Семінарське заняття № 18 Психологія виховання	32

Змістовий модуль 3 Основи психології здоров'я.....	33
Семінарське заняття № 19 Внутрішня картина здоров'я.....	33
Семінарське заняття № 20 Психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я.....	34
Семінарське заняття № 21 Психологічний захист особистості.....	35
3 Питання до іспиту.....	37
4 Критерії оцінювання знань студентів.....	43
Список літератури.....	49

ВСТУП

Основний зміст навчальної дисципліни полягає в озброєнні майбутніх фахівців з фізичного виховання системою наукових теоретичних знань щодо механізмів психологічних виявів особистості, соціальної групи та навичок педагога-вихователя у колективі. Сферою навчальної дисципліни «Психологія, психологія здоров'я» є психіка людини як цілісна система, її вияви в різні вікові періоди розвитку, особливості врахування під час взаємодії з різними соціальними групами.

Предметом навчальної дисципліни є вивчення особливостей прояву, розвитку та формування механізмів психіки людини, формування особистості у процесі освіти та виховання. Навчальна дисципліна містить первинні знання та положення, які ще будуть за потреби розгортатися та поглиблено висвітлюватися в інших навчальних дисциплінах професійного профілю.

Мета навчальної дисципліни «Психологія, психологія здоров'я» полягає у вивченні закономірностей прояву, розвитку та формування психіки людини в специфічних умовах фізичного виховання, формування знань студентів щодо механізмів психологічних виявів особистості, соціальної групи та навичок педагога-вихователя у колективі.

Завданням навчальної дисципліни є:

- ознайомити студентів з основними теоретичними конструктами загальної, вікової та педагогічної психології;
- допомогти студентам набути теоретичних знань і практичних навичок, що розкривають сутність психічних явищ;
- навчити враховувати знання про пізнавальні психічні процеси, про емоційно-вольову сферу для визначення індивідуально-типологічних особливостей розвитку особистості у специфічних умовах фізичного виховання;
- навчити враховувати знання про вікові періоди розвитку психіки для визначення індивідуальних показників фізичного розвитку особистості як у загальних умовах спортивної діяльності в цілому, так і у специфічних для

певних видів фізичної реабілітації;

- сформувані необхідний і достатній рівень знань про учіння та виховання;
- ознайомити з основними теоретичними конструктами психології, що охоплюють промоцію й охорону здоров'я, а також профілактику та лікування хвороб, зокрема й чинники, пов'язані зі станом здоров'я;
- допомогти студентам набути теоретичних знань і практичних навичок про педагогічну взаємодію та навчальний процес.

За результатами опанування навчальної дисциплін «Психологія, психологія здоров'я» бакалаври набувають інтегральних, загальних і спеціальних компетентностей.

Інтегральні компетентності: здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері фізичної культури та виховання або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів відповідної науки і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності: уміння та навички абстрактного і конкретного мислення, здатність до творчої і результативної праці; здатність до самопізнання своєї особистості й самооцінювання своєї діяльності; здатність працювати в команді.

Спеціальні компетентності: здатність до оволодіння сучасною методологією наукових досліджень у галузі фізичного виховання і спорту; здатність використовувати професійно-профільовані знання й практичні навички з фундаментальних та професійних дисциплін під час отримання та опрацювання інформації, її практичного застосування в професійній діяльності.

Види занять з навчальної дисципліни: лекції, практичні роботи, самостійна робота.

Підсумковий контроль проводиться у формі іспиту.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- основні етапи розвитку психологічної науки;
- основні теоретичні конструкти психології про природу та сутність психіки людини, психологію пізнавальних психічних процесів: відчуттів, сприймань, пам'яті, мислення, мови, мовлення, уяви та уваги;
- сутність та основні теорії особистості людини, прояви та закономірності емоційно-вольової сфери особистості, етапи вікового розвитку особистості, їх характеристику й особливості;
- методи психологічного дослідження психіки людини;
- психічні стани у фізичному вихованні й спорті, методи їх регулювання;
- напрями цілеспрямованого розвитку можливостей людини та реалізації її особистісного потенціалу на різних етапах розвитку;
- основні психологічні вимоги до особистості педагога;
- основні категорії психології здоров'я і її завдання;
- основні особливості фізичного, психічного і соціального здоров'я людини;
- сучасні уявлення про чинники здоров'я;

уміти:

- формулювати конкретні завдання в психології;
- організувати і проводити науково-дослідну та методичну роботу з проблем психології фізичного виховання, аналізувати вплив негативних чинників на стан здоров'я людини;
- розпізнавати психологічні особливості людей та їх стани, користуючись знаннями, виховувати їх;
- володіти основами педагогічної діяльності, засобами і прийомами психолого-педагогічного впливу на особистість;
- застосовувати технології психологічного забезпечення процесу навчання різних категорій людей руховими діями та розвитку фізичних якостей під час фізкультурно-розвивальних занять;
- застосовувати методики планування та проведення основних видів

фізкультурно-оздоровчих занять за умови їх психолого-педагогічного забезпечення;

- самостійно виконувати загальні вправи з оздоровлення організму;
- скласти програму мотивації здорового способу життя.

Значення та місце навчальної дисципліни у навчальному процесі:

навчальна дисципліна «Психологія, психологія здоров'я» є нормативною і належить до циклу професійної підготовки фахівців денної форми навчання зі спеціальності 014.11 – «Середня освіта (фізична культура)» освітнього ступеня «Бакалавр»; тісно пов'язана і певною мірою спирається на знання з навчальних курсів анатомії та фізіології людини, теорії та методики фізичного виховання, педагогіки.

Методичні вказівки складено відповідно до освітньо–професійної та навчальної програм з навчальної дисципліни «Психологія, психологія здоров'я» для студентів денної форми навчання зі спеціальності 014.11 – «Середня освіта (фізична культура)» освітнього ступеня «Бакалавр».

1 ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ зп	Тема	Кількість годин		
		Лекції	Сем. зан.	Сам. роб.
Змістовий модуль 1 Основи психології				
1	Психологічна наука, її розвиток та сучасний стан	4	4	16
2	Психічні процеси, їх функції та розвиток	6	6	24
3	Емоційно-вольова сфера	2	2	8
4	Темперамент та характер	4	4	16
5	Проблема особистості у психології. Спрямованість як провідна підструктура особистості	4	4	16
6	Основи психології спілкування	2	2	8
7	Психологічні засади діяльності та здібностей людини	2	2	8
8	Розвиток особистості. «Я-концепція». Психологічний захист	2	2	8
Змістовий модуль 2 Розвиток особистості				
9	Предмет, завдання, методи вікової та педагогічної психології	2	2	8
10	Основні закономірності психічного розвитку	4	4	16
11	Психологічні особливості розвитку особистості в онтогенезі	8	8	32
12	Поняття соціальної групи. Класифікація груп	2	2	8
13	Соціально-психологічні аспекти взаємовідносин у соціальних групах	2	2	8
14	Психологічні особливості спілкування. Комунікація та взаєморозуміння	2	2	8
15	Основні шляхи розвитку особистості професіонала	2	2	8
16	Особливості психології дорослих людей у різні періоди життя	2	2	8
17	Психологія педагогічної діяльності	2	2	8
18	Психологія виховання	2	2	8
Змістовий модуль 3 Основи психології здоров'я				
19	Внутрішня картина здоров'я	2	2	8
20	Психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я	2	2	8
21	Психологічний захист особистості	2	2	8
	Разом	60	60	240

Рекомендації студентам щодо підготовки до семінарського заняття

1. Уважно ознайомтеся з планом семінарського заняття.

2. Підготуйтеся до бліц–опитування чи термінологічного диктанту.

Зверніть увагу на ключові поняття теми й основні визначення.

3. Проаналізуйте рекомендовану літературу, випишіть необхідні тези, які допоможуть розкрити теоретичні питання практичної роботи.

4. Продумайте обґрунтування питань, складіть план відповіді на кожне з них, підберіть приклади. Ваша відповідь має бути чіткою, аргументованою і зрозумілою.

5. Обміркуйте проблемні запитання. Будьте готові довести свою думку на занятті.

2 ПЕРЕЛІК ТЕМ І ЗМІСТ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль 1 Основи психології

Семінарське заняття № 1

Тема. Психологічна наука, її розвиток і сучасний стан

Мета: з'ясувати сутність психологічної науки, її предмет, завдання, місце психології в системі наук, основні галузі, методи дослідження.

Основні поняття і терміни: етапи розвитку психологічної думки, напрями зарубіжної психологічної науки, психологія як наука, предмет і завдання психології, психічні процеси, методи психологічного дослідження, емпіричні методи дослідження, галузі психологічної науки.

План

1. Предмет і завдання психологічної науки.
2. Історія розвитку психології як науки.
3. Зв'язок психології з іншими науками.
4. Основні галузі сучасної психології.
5. Методи психології та специфіка їх застосування.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного із видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Назвіть основні етапи розвитку психологічної думки в XVII–XX ст.
2. Що таке психічні процеси?
3. Перелічіть відомі вам напрями зарубіжної психологічної науки.
4. Надайте визначення психології як науки, назвіть її предмет і завдання.
5. З'ясуйте місце психології в системі наук.
6. Які галузі психологічної науки найбільше пов'язані з вашою майбутньою професією?
7. Перелічіть емпіричні методи психологічного дослідження.

Література: [4, с. 5–20, 167–183; 11, с. 7–45].

Семінарське заняття № 2

Тема. Психічні процеси, їх функції та розвиток

Мета: розглянути пізнавальні психічні процеси (відчуття, сприймання, увага, пам'ять, мислення, уява).

Основні поняття і терміни: сенсорні системи людини, відчуття, сприймання, увага, пам'ять, розумові операції, уява, мислення, мова, свідомість.

План

1. Чуттєві форми пізнання дійсності: а) відчуття та сприймання; б) увага.
2. Сенсорні сигнали: передавання й опрацювання.
3. Особливості сенсорних систем людини.

4. Раціональні форми освоєння дійсності: а) пам'ять; б) мислення; в) уява.
5. Мислення як основна функція психіки, розвиток мислення.
6. Зв'язок мислення з мовою.
7. Психологія свідомості та несвідомого.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Що являє собою свідомість людини?
2. Які основні риси та види свідомості?
3. У чому полягає зміст основних теорій свідомості людини?
4. У чому полягають психофізіологічні механізми свідомості?
5. Що являє собою несвідоме і в чому воно може виявлятися?
6. У чому виявляється неусвідомленість установки?
7. Як підсвідомі мотивації можуть впливати на поведінку людини?
8. Що являють собою поведінкові автоматизми та стереотипи?
9. У чому полягає феномен підпорогового сприйняття?

Література: [4, с. 126–163; 4, с. 102–122; 11, с.132–263].

Семінарське заняття № 3

Тема. Емоційно-вольова сфера

Мета: розглянути емоції і почуття, волю як психічні феномени.

Основні поняття і терміни: емоції, почуття, вищі почуття, воля, мимовільні дії, довільні дії, якості волі, складна вольова дія, рух, операція.

План

1. Поняття про емоції і почуття. Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів.
2. Види емоцій і почуттів та їх місце в діяльності особистості.
3. Поняття про волю як психологічний феномен.
4. Мимовільні та довільні дії. Довільні дії та їх особливості.
5. Аналіз складної вольової дії. Основні якості волі.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Що являють собою емоції людини?
2. Що являють собою почуття людини?
3. У чому полягає зміст фізіологічного підґрунтя емоцій і почуттів?
4. У чому виявляються вищі почуття?
5. У чому полягають психофізіологічні механізми волі?
6. Що являє собою вольовий процес і в чому він може виявлятися?
7. У чому виявляється різниця між мимовільним і довільним рухом?
8. Як друга сигнальна система може впливати на поведінку людини?
9. Що являють собою довільні дії?
10. У чому полягає сила волі?

Література: [5, с. 55–58; 7, с. 142–157].

Семінарське заняття № 4

Тема. Темперамент і характер

Мета: з'ясувати сутність темпераменту й основні класифікації його типів,

розглянути специфіку формування характеру людини.

Основні поняття і терміни: типи темпераменту, воля, характер, риси характеру, акцентуації характеру, ціннісні орієнтири, моральні якості, інтелектуальні якості, вольові якості.

План

1. Характеристика темпераменту.
2. Основні класифікації типів темпераменту.
3. Поняття про характер. Чинники формування характеру.
4. Поняття акцентуації характеру. Типи акцентуацій.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте стисло характеристику, що являє собою темперамент.
2. Назвіть основні типи темпераменту.
3. Розкрийте фізіологічне підґрунтя темпераменту згідно з ученням І. П. Павлова.
4. Чи можна за бажанням змінити тип темпераменту?
5. Уявіть, що ви керівник фірми і набираєте працівників. Осіб якого типу темпераменту ви б хотіли бачити на посадах секретаря, референта, водія транспорту, агента з реклами, бухгалтера, охоронця?
6. Проаналізуйте відмінності між темпераментом і характером людини.
7. Для чого необхідно вивчати характер людини?
8. Чи можна вважати, що соціальний чинник справляє вирішальний вплив на формування характеру?

9. Чи можна погодитися з твердженням, що деякі риси характеру можуть передаватися спадково?

Література: [4, с. 78–101; 11, с. 264–302].

Семінарське заняття № 5

Тема. Проблема особистості у психології. Спрямованість як провідна підструктура особистості

Мета: сформувані уявлення про особистість як одне з базових у психології, з'ясувати психологічну структуру особистості; значення біологічного та соціального в особистості, розглянути спрямованість особистості її складові.

Основні поняття і терміни: індивід, особистість, структура особистості, біологічне та соціальне, спрямованість особистості, інтерес, переконання, знання, установка, ідеали, світогляд.

План

1. Поняття особистості у психології.
2. Психологічна структура особистості. Концепція динамічної функціональної особистості К. К. Платонова.
3. Проблема біологічного та соціального в особистості.
4. Спрямованість особистості та її складові: потреби, мотиви, переконання, інтереси, ідеали, світогляд.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформууйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. У чому полягають відмінності між поняттями «індивід», «особистість»?
2. Як у структурі особистості співвідноситься біологічне та соціальне?
3. Охарактеризуйте структуру особистості. Як слід розуміти вислів «Особистість є суб'єктом власної діяльності»?
4. Що таке спрямованість особистості?
5. Чи достатньо, характеризуючи інтерес, указати, що це «стійке», вибіркоче ставлення людини до явищ та об'єктів дійсності?
6. Чи можна вважати достатнім твердження, що «переконання – це знання, істинність котрих для людини є незаперечною і котрі постають для неї як керівництво до дії»?
7. Як можна психологічно обґрунтувати твердження, що інтерес постає водночас і як важливий мотив навчання, і як засіб підвищення його ефективності?
8. У чому може виявлятися негативна та позитивна функція установок у житті людини? Чи є можливість формувати їх цілеспрямовано і як саме?

Література: [4, с. 44–74; 11, с. 264–276].

Семінарське заняття № 6

Тема. Основи психології спілкування.

Мета: сформувані уявлення про спілкування, його психологічну сутність, складові, значення в житті людини.

Основні поняття і терміни: спілкування, функції спілкування, засоби спілкування, вербальне спілкування, невербальне спілкування, бар'єри спілкування.

План

1. Поняття про спілкування в психології.
2. Функції, форми і засоби спілкування. Вербальне і невербальне спілкування.

3. Бар'єри спілкування.
4. Особистість у суспільстві та колективі. Особистісні й соціальні ролі.
5. Феномен лідерства в психології.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Як пов'язані між собою діяльність і спілкування?
2. Охарактеризуйте функцію невербальних засобів спілкування.
3. Охарактеризуйте функцію вербальних засобів спілкування.
4. Чому люди з різних культур відчують труднощі у виборі засобів невербального спілкування?
5. Яке значення має спілкування у суспільному житті?
6. Що означає комунікативна функція спілкування?
7. Якими є умови ефективності спілкування?
8. Що означає термін «конформізм»?

Література: [5, с. 96–105; 7, с. 77–85].

Семінарське заняття № 7

Тема. Психологічні засади діяльності та здібностей людини

Мета: розглянути поняття діяльності з точки зору її механізмів і структури, деталізувати уявлення про здібності людини, знання, навички та вміння як підгрунтя розвитку здібностей, їх види та структуру.

Основні поняття і терміни: форми людської активності, поведінка, діяльність, компоненти діяльності, гра, навчання, праця, здібності, задатки,

обдарованість, талант, геніальність, здібності.

План

1. Сутність діяльності, її психологічна структура.
2. Основні види діяльності.
3. Знання, вміння та навички як основа розвитку здібностей.
4. Види та структура здібностей.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. У чому принципова відмінність діяльності людини від складних форм поведінки тварин?
2. Що характеризує діяльність як специфічну форму людської активності?
3. Якими є основні компоненти діяльності?
4. Чи можлива діяльність без чіткого уявлення про її мету?
5. Які характерні ознаки гри як різновиду діяльності?
6. Які характерні ознаки навчання як різновиду діяльності?
7. Які характерні ознаки праці як різновиду діяльності?
8. У чому виявляються здібності особистості?
9. Як взаємопов'язані здібності та задатки?
10. Поясніть, чи можна за результатами виконаної діяльності судити про здібності людини?
11. Чим відрізняються між собою обдарованість, талант і геніальність?

Література: [4, с. 24–40; 11, с. 37–45].

Семінарське заняття № 8

Тема. Розвиток особистості. «Я-концепція». Психологічний захист

Мета: з'ясувати сутність і чинники психічного розвитку людини. Ознайомитися з явищем «Я-концепції», розглянути сутність і механізми психологічного захисту.

Основні поняття і терміни: онтогенез, розвиток, стадії розвитку, гетерохронність, сенситивний період, самосвідомість, Я-концепція, самооцінка, регулятивна система, психологічний захист, захисні механізми, соціалізація.

План

1. Психічний розвиток людини та його чинники.
2. Періодизації психічного розвитку.
3. Гетерохронність і сенситивні періоди розвитку.
4. Види емоцій і почуттів та їх місце в діяльності особистості.
5. Воля як психологічний феномен і її аналіз.
6. «Я-концепція» як соціально-психологічний феномен.
7. Поняття соціальної адаптації. Психологічний захист.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно-логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання із відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного із видів індивідуальної навчально-дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте стисло характеристику поняття «онтогенез».
2. Як співвідносяться соціальне та біологічне в розвитку особистості?
3. Чи є будь-які суперечності рушійною силою психічного розвитку особистості?
4. Назвіть основні найвідоміші періодизації психічного розвитку.

Охарактеризуйте найбільш доцільну з вашої точки зору класифікацію людського життя.

5. Назвіть найвідоміші періодизації когнітивного (інтелектуального) розвитку людини.

6. Назвіть, що є основними складовими життєвого плану.

7. Надайте стислу характеристику поняття «свідомість».

8. Як співвідносяться свідомість і самосвідомість?

9. Проаналізуйте вплив волі на діяльність людини.

10. Розкрийте шляхи формування волі.

11. Які прийоми роботи над собою можуть сприяти формуванню вольових якостей?

12. Надайте характеристику, що таке Я-концепція.

13. Надайте характеристику структурних компонентів самосвідомості.

14. Надайте характеристику, що таке психологічний захист.

15. Що спільного між соціальною адаптацією та соціалізацією?

Література: [4, с. 149–152; 4, с. 102–125; 11, с. 592–616].

Змістовий модуль 2 Розвиток особистості

Семінарське заняття № 9

Тема. Предмет, завдання, методи вікової та педагогічної психології

Мета: з'ясувати сутність вікової та педагогічної психології як науки, їх предмет, завдання, місце в системі наук, основні галузі, методи дослідження.

Основні поняття і терміни: вікова психологія, педагогічна психологія, основні галузі вікової психології, основні галузі педагогічної психології, методи дослідження у віковій психології, методи дослідження у педагогічній психології.

План

1. Предмет вікової та педагогічної психології.
2. Значення вікової психології, її зв'язок з іншими науками.
3. Завдання вікової та педагогічної психології.
4. Методи дослідження у віковій та педагогічній психології.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Назвіть, що є предметом вікової психології.
2. Назвіть, що є предметом педагогічної психології.
3. Назвіть, які основні завдання вікової психології.
4. Назвіть, які основні завдання педагогічної психології.
5. Назвіть галузі вікової психології.
6. Назвіть галузі педагогічної психології.
7. З якими галузями психології пов'язана вікова психологія?
8. Назвіть методи вікової психології.
9. Назвіть методи педагогічної психології.

Література: [9, с. 7–71; 14, 5–39].

Семінарське заняття № 10

Тема. Основні закономірності психічного розвитку

Мета: розглянути основні закономірності психічного розвитку.

Основні поняття і терміни: чинники психічного розвитку, кризи в психічному розвитку, психічні новоутворення, провідний вид діяльності,

соціальна ситуація розвитку, диференціація, інтеграція,

План

1. Поняття про психічний розвиток людини.
2. Підходи до розв'язання питання про рушійні сили та чинники психічного розвитку.
3. Поняття про сензитивний період розвитку.
4. Стабільні періоди та кризи в психічному розвитку.
5. Психічні новоутворення. Провідний вид діяльності.
6. Соціальна ситуація розвитку.
7. Психологічна періодизація людського життя.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте характеристику психічного розвитку людини.
2. Охарактеризуйте підходи до розв'язання питання про рушійні сили психічного розвитку.
3. Назвіть чинники психічного розвитку.
4. Надайте визначення сенситивного періоду розвитку.
5. Охарактеризуйте стабільні періоди та кризи в психічному розвитку.
6. Надайте визначення психічного новоутворення.
7. Надайте визначення провідного виду діяльності.
8. Надайте визначення соціальної ситуації розвитку.
9. Назвіть психологічні періодизації людського життя.

Література: [11, с. 616–67; 14, 40–76].

Семінарське заняття № 11

Тема. Психологічні особливості розвитку особистості в онтогенезі

Мета: з'ясувати сутність і чинники психічного розвитку дітей дошкільного, молодшого шкільного, підліткового, юнацького, зрілого віку.

Основні поняття і терміни: немовля, ранній вік, дошкільний вік, підлітковий вік, юнацький вік, молодший школяр, підліток, юнак, вікові особливості, анатомо-фізіологічні особливості, психологічні особливості, формування особистості, розвиток пізнавальних процесів.

План

1. Психологічні особливості дітей дошкільного віку.

- 1.1. Психічний розвиток немовляти.
- 1.2. Психічний розвиток дітей раннього віку.
- 1.3. Інтелектуальний розвиток дітей дошкільного віку.
- 1.4. Соціальна ситуація розвитку в дошкільному віці.
- 1.5. Гра як провідний вид діяльності дошкільника.
 - 1.5.1. Продуктивні види діяльності в дошкільному дитинстві.

2. Психічний розвиток і формування особистості молодшого школяра.

- 2.1. Анатомо-фізіологічні особливості молодшого школяра.
- 2.2. Провідний вид діяльності молодших школярів. Структура навчальної діяльності.
 - 2.3. Мотивація і самооцінка.
 - 2.4. Трудова діяльність молодших школярів.
 - 2.5. Здібності учнів початкових класів та їхній розвиток.
 - 2.6. Темперамент і вияви характеру в молодшому шкільному віці.

3. Психологічні особливості підліткового віку.

- 3.1. Загальна характеристика особливостей розвитку підлітків.
- 3.2. Новоутворення особистості.
- 3.3. Сутність «кризи» підліткового віку.
- 3.4. Стосунки з однолітками та дорослими.
- 3.5. Розвиток пізнавальних процесів.

3.6. Формування особистості підлітка.

4. Психологічні особливості юнацького віку.

4.1. Загальна характеристика ранньої юності.

4.2. Розвиток пізнавальних процесів.

4.3. Проблема вибору професії.

4.4. Психосексуальний розвиток і взаєностосунки між статями в старшому шкільному віці.

4.5. Взаєностосунки з дорослими й однолітками.

4.6. Формування особистості в період ранньої юності.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Охарактеризуйте комплекс поживлення.
2. Назвіть, у чому суть кризи одного року та кризи трьох років.
3. Назвіть, які особливості мислення дітей дошкільного віку.
4. Назвіть, у чому виявляється соціальна ситуація розвитку в дошкільному дитинстві.
5. Доведіть значення гри у психічному розвитку дітей дошкільного віку.
6. Назвіть, що зумовлює непосидючість дітей молодшого шкільного віку.
7. Дайте характеристику пізнавальних мотивів у молодших школярів.
8. Схарактеризуйте соціальні мотиви молодших школярів.
9. Поясніть, що розуміють під рівнем домагань дитини.
10. Назвіть форми трудової діяльності молодших школярів.
11. Надайте характеристику дітей з сангвінічним, холеричним,

флегматичним, меланхолічним темпераментом.

12. Назвіть основні новоутворення підліткового віку.

13. Поясніть, у чому виявляється почуття дорослості в підлітковому віці.

14. Охарактеризуйте розвиток пізнавальних процесів і перебудову навчальної діяльності в підлітковому віці.

15. Назвіть особливості взаємин підлітків з однолітками та дорослими.

16. Назвіть основні новоутворення ранньої юності.

17. Назвіть, у чому полягає специфіка пізнавальних процесів у юнаків і дівчат.

18. Поясніть, як протікає становлення емоційно-вольової сфери в період ранньої юності.

19. Надайте характеристику особливостей стосунків юнаків і дівчат з однолітками та дорослими.

Література: [4, с. 271–279; 9, 86–239; 11, с. 592–657; 14, с. 77–259].

Семінарське заняття № 12

Тема. Поняття соціальної групи. Класифікація груп

Мета: з'ясувати сутність поняття соціальної групи.

Основні поняття і терміни: соціальна група, соціальна спільність, види груп, види розвитку груп, колектив.

План

1. Поняття соціальної групи.

2. Класифікація груп.

3. Рівні розвитку груп. Колектив.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте характеристику соціальної спільності.
2. Охарактеризуйте критерії класифікації груп.
3. Назвіть характерні ознаки формальних груп.
4. Надайте характеристику неформальній групі.
5. Схарактеризуйте особливості дифузних груп.
6. Надайте характеристику групам-асоціаціям.
7. Охарактеризуйте групи-кооперації.
8. Надайте характеристику неформальній групі-корпорації.
9. Схарактеризуйте особливості колективу.

Література: [7, с. 46–52].

Семінарське заняття № 13

Тема. Соціально-психологічні аспекти взаємовідносин у соціальних групах.

Мета: розглянути соціально-психологічні аспекти взаємовідносин у соціальних групах.

Основні поняття і терміни: лідер, керівник, типи лідерства, стилі керівництва, авторитарний, демократичний, ліберальний стиль.

План

1. Проблема лідерства та керівництва. Типи лідерства.
2. Соціально-психологічний клімат соціальної групи.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання із відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного із видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте характеристику поняття «лідер».
2. Схарактеризуйте відмінності між поняттями «лідер» та «керівник».
3. Охарактеризуйте критерії класифікації типів лідерства.
4. Назвіть типи лідерства за способом організації змісту діяльності.
5. Назвіть типи лідерства за характером діяльності.
6. Назвіть типи лідерства за стилем керівництва.
7. Охарактеризуйте авторитарний стиль керівництва.
8. Назвіть відмінності між ліберальним та демократичним стилем керівництва.
9. Охарактеризуйте поняття «соціально-психологічний клімат».
10. Надайте визначення соціально-психологічних властивостей особистості.

Література: [11, с. 264–292].

Семінарське заняття № 14

Тема. Психологічні особливості спілкування. Комунікація та взаєморозуміння

Мета: розглянути психологічні особливості спілкування, комунікації та взаєморозуміння.

Основні поняття і терміни: спілкування, функції спілкування, види спілкування, вербальна комунікація, невербальна комунікація, рівні спілкування, взаєморозуміння, рівні взаєморозуміння, механізми взаєморозуміння, конфлікт, види конфліктів, динаміка конфлікту, способи вирішення конфлікту.

План

1. Поняття спілкування. Вербальна та невербальна комунікація.

2. Спілкування і взаєморозуміння.

3. Поняття конфлікту.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте характеристику спілкування людини.
2. Поясніть відмінності між комунікацією і спілкуванням.
3. Назвіть функції спілкування.
4. Охарактеризуйте інформаційно-комунікативну функцію спілкування.
5. Охарактеризуйте процес вербальної комунікації.
6. Охарактеризуйте процес невербальної комунікації.
7. Поясніть поняття «взаєморозуміння».
8. Охарактеризуйте рівні взаєморозуміння.
9. Назвіть основні бар'єри спілкування.
10. Охарактеризуйте механізми взаєморозуміння.
11. Поясніть поняття «конфлікт».
12. Охарактеризуйте види конфліктів.
13. Охарактеризуйте послідовні стадії конфлікту.
14. Назвіть та схарактеризуйте основні способи управління конфліктом.

Література: [11, с. 243–264].

Семінарське заняття № 15

Тема. Основні етапи розвитку особистості професіонала.

Мета: розглянути основні закономірності розвитку особистості професіонала.

Основні поняття і терміни: життєвий шлях людини, професійний життєвий шлях людини, етапи професійного шляху, потенціал особистості, професійно важливі якості.

План

1. Поняття про професійний життєвий шлях людини.
2. Етапи професійного шляху.
3. Модель професійного розвитку та професійно важливі якості.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте характеристику професійного життєвого шляху людини.
2. Охарактеризуйте етапи професійного шляху за Е. А. Климовим.
3. Охарактеризуйте основні чинники розвитку особистості професіонала.
4. Надайте визначення потенціалу особистості.
5. Охарактеризуйте складові потенціалу особистості.
6. Охарактеризуйте шість основних професійно важливих якостей, що складають потенціал фахівця гуманітарного профілю.

Література: [3, с. 156–166].

Семінарське заняття № 16

Тема. Особливості психології дорослих людей у різні періоди життя.

Мета: розглянути особливості психології дорослих людей у різні періоди життя.

Основні поняття і терміни: етапи життя людини, дорослий вік, зрілість, старість, чоловічі типи кар'єри, жіночі типи кар'єри, рівні професійної зрілості.

План

1. Психологічні функції людини у різні періоди життя.
2. Гендерні особливості професійного вибору.
3. Шляхи продовження професійного довголіття.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Назвіть, у якому дорослому віці увага випереджає пам'ять та мислення.
2. Назвіть, у якому дорослому віці відзначається високий розвиток інтелектуальних функцій.
3. Укажіть, який дорослий вік названо древніми греками «акме»?
4. Охарактеризуйте зрілий вік як етап життя людини.
5. Охарактеризуйте соціально-психологічні типи старості.
6. Охарактеризуйте чоловічі типи кар'єри за Д. Сьюпером.
7. Охарактеризуйте жіночі типи кар'єри за Д. Сьюпером.
8. Охарактеризуйте три типи чоловіків-професіоналів.
9. Охарактеризуйте три типи жінок-професіоналів.
10. Охарактеризуйте стадії кар'єри.

11. Охарактеризуйте чотири аспекти особистісного професійного розвитку.
12. Охарактеризуйте рівні професійної зрілості.

Література: [3, с. 166–178; 14, с. 260–280].

Семінарське заняття № 17

Тема. Психологія педагогічної діяльності

Мета: розкрити сутність педагогічної діяльності.

Основні поняття і терміни: педагогічна діяльність, стилі педагогічної діяльності, педагогічний досвід, мета, навчальна інформація, засоби комунікації, учні, педагоги, педагогічне спілкування,

План

1. Психологічна характеристика педагогічної діяльності.
2. Здібності в структурі суб'єкта педагогічної діяльності.
3. Структура педагогічної діяльності.
4. Характеристика педагогічних умінь.
5. Стилi педагогічної діяльності.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте стисло характеристику поняття «мотивація» в психології спорту.
2. Надайте психологічну характеристику педагогічної діяльності.
3. Розкрийте педагогічні здібності.
4. Розкрийте структуру педагогічної діяльності.

5. Охарактеризуйте педагогічні уміння.
6. Розкрийте стилі педагогічної діяльності.
7. Охарактеризуйте особу в спортивній діяльності.

Література: [5, с.108–114; 11, с. 292–343].

Семінарське заняття № 18

Тема. Психологія виховання

Мета: розкрити сутність психології виховання.

Основні поняття і терміни: виховання, учнівський колектив, виховний процес, виховна ситуація, індивідуальний підхід, виховний вплив, учнівський колектив.

План

1. Сутність психології виховання.
2. Учні́вський колектив і його виховний вплив.
3. Психологія індивідуального підходу до дитини у процесі виховання.
4. Вікові аспекти виховання.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання із відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного із видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте загальну характеристику психології виховання.
2. Розкрийте, який виховний вплив учнівського колективу.
3. Надайте характеристику психології індивідуального підходу до дитини у процесі виховання.
4. Розкрийте вікові аспекти виховання.

Література: [5, с.114–124; 11, с. 343–348].

Змістовий модуль 3 Основи психології здоров'я

Семінарське заняття № 19

Тема. Внутрішня картина здоров'я

Мета: розкрити сутність внутрішньої картини здоров'я.

Основні поняття і терміни: внутрішня картина здоров'я, психічне здоров'я, позитивні емоційні стани, негативні емоційні стани, настрій людини, глибина емоційних станів, інтенсивність емоційних станів.

План

1. Основні складові частини внутрішньої картини здоров'я та її формування.
2. Психічне здоров'я людини та позитивні емоційні стани.
3. Психічне здоров'я людини та негативні емоційні стани.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Охарактеризуйте визначення внутрішньої картини здоров'я, наведене Г. В. Ложкіним.
2. Охарактеризуйте три основні компоненти внутрішньої картини здоров'я.
3. Охарактеризуйте багатовимірну теоретичну модель внутрішньої картини здоров'я, наведену О. С. Лісовою.

4. Охарактеризуйте функції внутрішньої картини здоров'я, наведені О. С. Лісовою.

5. Надайте загальну характеристику настрою людини.

6. Охарактеризуйте позитивний емоційний стан людини.

7. Назвіть, від чого залежить глибина й інтенсивність емоційних станів людини.

8. Охарактеризуйте джерела позитивних емоцій.

9. Охарактеризуйте негативний емоційний стан людини.

10. Охарактеризуйте джерела негативних емоцій.

Література: [3, с. 42–86].

Семінарське заняття № 20

Тема. Психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я

Мета: розглянути психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я.

Основні поняття і терміни: саморегуляція, самоконтроль, урівноваженість, механізми компенсації, воля.

План

1. Саморегуляція стану та поведінки в забезпеченні здоров'я.

2. Самоконтроль стану і поведінки в забезпеченні здоров'я.

3. Механізми компенсації в забезпеченні психічного здоров'я.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання з відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного з видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте визначення саморегуляції.
2. Схарактеризуйте визначення самоактуалізації.
3. Надайте характеристику врівноваженності.
4. Охарактеризуйте суб'єкта та об'єкта саморегуляції.
5. Схарактеризуйте вісім основних видів саморегуляції.
6. Надайте визначення самоконтролю.
7. Охарактеризуйте ієрархію контрольних механізмів самоконтролю.
8. Схарактеризуйте самоконтроль як рису характеру.
9. Охарактеризуйте взаємодію механізмів волі та самоконтролю.
10. Надайте визначення механізму компенсації.
11. Назвіть та охарактеризуйте два типи компенсації психічних функцій.
12. Охарактеризуйте гомогенну компенсацію.
13. Охарактеризуйте гетерогенну компенсацію.
14. Схарактеризуйте прояви гіперкомпенсації.

Література: [3, с. 86–105].

Семінарське заняття № 21

Тема. Психологічний захист особистості

Мета: розкрити сутність психологічного захисту особистості.

Основні поняття і терміни: модель світу, Я-концепція, психічне здоров'я, соціальне здоров'я, соціальне середовище, механізми психологічного захисту.

План

1. Усвідомлення себе і свого місця у світі.
2. Соціальне здоров'я особистості.
3. Захисні реакції і механізми особистості.

Рекомендації до проведення семінарських занять

Під час підготовки до семінарського заняття рекомендується враховувати рекомендації, наведені вище у цих методичних вказівках, а також підготувати

структурно–логічну схему до кожного питання теми. Сформуйте словник основних понять теми та розкрийте взаємозв'язок між цими поняттями.

Рекомендується виконати письмово одне завдання із відповідної теми самостійної роботи у вигляді одного із видів індивідуальної навчально–дослідної роботи (за узгодженням з викладачем).

Контрольні питання

1. Надайте визначення моделі світу.
2. Охарактеризуйте складові частини цілісної моделі світу.
3. Надайте характеристику взаємодії психічного здоров'я з адаптацією, соціалізацією, індивідуалізацією.
4. Охарактеризуйте завдання соціального здоров'я у суспільному значенні.
5. Охарактеризуйте соціальне здоров'я особистості як стан.
6. Охарактеризуйте характерні ознаки психічного нездоров'я.
7. Охарактеризуйте вплив соціального середовища на психічне здоров'я.
8. Назвіть причини та форми прояву захисних реакцій та механізмів людини.
9. Назвіть та охарактеризуйте основні механізми психологічного захисту.
10. Охарактеризуйте та порівняйте між собою механізми заперечення, раціоналізації та витіснення.
11. Охарактеризуйте та порівняйте між собою механізми проекції, відчуження та заміщення.

Література: [3, с.105–178].

3 ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ (ІСПИТ)

1. Предмет і завдання вікової психології.
2. Історія виникнення та розвиток вікової психології.
3. Поняття «віку» у віковій психології.
4. Характеристика методів вікової психології.
5. Основні чинники, що детермінують психічний розвиток.
6. Взаємодія навчання, виховання та розвитку.
7. Найважливіші закономірності розвитку психіки.
8. Поняття про соціальну ситуацію розвитку дитини.
9. Психологічні особливості розвитку дитини впродовж першого року життя.
10. Основні психічні новоутворення раннього дитинства.
11. Психологічні особливості особистості дитини дошкільного віку.
12. Гра як провідна діяльність дошкільника.
13. Характерні особливості соціальної ситуації розвитку молодшого школяра.
14. Основні чинники, що визначають психічний розвиток і формування особистості молодшого школяра.
15. Структура навчальної діяльності молодшого школяра.
16. Місце та значення навчальної та трудової діяльності у психічному розвитку молодшого школяра.
17. Динаміка психічного розвитку молодшого школяра (пізнавальні процеси, емоційно-вольова сфера).
18. Особливості взаємин молодшого школяра з дорослими (батьками, вчителями) та однолітками.
19. Характерні особливості соціальної ситуації розвитку підлітків.
20. Анатомо-фізіологічні особливості розвитку підлітків.
21. Біологічний чинник у розвитку підлітків (статеве дозрівання, акселерація).

22. Поняття про рівень актуального розвитку та зону найближчого розвитку.
23. Психічний розвиток учнів в умовах застосування технічних засобів навчання.
24. Психологічна характеристика процесу засвоєння знань.
25. Стихійне та цілеспрямоване засвоєння знань.
26. Мотивація професійної діяльності вчителя: поняття, структура.
27. Загальна характеристика цілей і завдань психології виховання.
28. Особистість як мета, об'єкт і суб'єкт процесу виховання.
29. Психологічні основи гуманізації процесу виховання.
30. Проблеми виховання дітей різних вікових груп.
31. Психологічні особливості важковихованості підлітків.
32. Стилi батьківської поведінки у вихованні та їх характеристика.
33. Поняття про особистісно-зорієнтоване навчання.
34. Специфіка педагогічної праці.
35. Основні компоненти педагогічної праці.
36. Педагогічні здібності та їх структура.
37. Педагогічні вміння та навички, умови їх формування.
38. Авторитет учителя: поняття, складові, умови підвищення.
39. Психологічні вимоги до особистості сучасного вчителя.
40. Педагогічне спілкування в системі «вчитель – учень» як чинник становлення та розвитку особистості школяра.
41. Психологічні проблеми вдосконалення педагогічної майстерності.
42. Ефективність діяльності вчителя та її критерії.
43. Особливості розвитку самосвідомості учнів у навчально-виховному процесі.
44. Соціально–психологічні умови формування особистості старшокласників.
45. Особливості формування самосвідомості юнаків і дівчат.
46. Показники та критерії вихованості особистості.

47. Самовиховання як вища форма управління формування особистості.
48. Вікові особливості виховання людей.
49. Вікові особливості розвитку самовиховання у дітей, підлітків та юнаків.
50. Чинники, що впливають на успішність у навчанні.
51. Стиль спілкування вчителя та його вплив на формування особистості учнів.
52. Принципи складання психологічної характеристики учня або студента.
53. Охарактеризуйте типи темпераменту та наведіть їх психологічну характеристику.
54. Охарактеризуйте психодінамічну теорію особистості.
55. Надайте визначення та порівняйте поняття «характер», «акцентуації характеру» та «неврози».
56. Поясніть поняття «особистість». Відмінні ознаки особистостей.
57. Типологія соціальних характерів Е. Фромма.
58. Охарактеризуйте гуманістичну теорію особистості.
59. Поясніть основні положення когнітивної теорії особистості.
60. Поведінкова теорія особистості.
61. Охарактеризуйте статі і функціональні асиметрії мозку.
62. Охарактеризуйте діяльнісну теорію особистості.
63. Охарактеризуйте вплив біологічних і культурних чинників на гендерні розрізнення.
64. Охарактеризуйте диспозиціональну теорію особистості.
65. Поясніть співвідношення темпераменту і характеру.
66. Охарактеризуйте клінічні типології особистості.
67. Охарактеризуйте поняття про особистість. Відмінні ознаки особистостей.
68. Поясніть взаємозв'язок темпераменту з екстраверсією–інтроверсією.

69. Охарактеризуйте структурно-динамічну характеристику розвитку особистості.
70. Професійні інтереси та їх діагностика.
71. Поняття інтелекту в психології.
72. Поняття «креативність» і «творчість» у психології.
73. Особливості понять «інтелект» і «мислення» в психології.
74. Психологічна характеристика психічних станів.
75. Гуманістична теорія особистості.
76. Психологічна структура особистості.
77. Механізми функціонування індивідуальності як цілісної системи.
78. Біологічні та соціальні засади розвитку індивідуальності.
79. Поняття про діапазон мінливості та норму реакції.
80. Поняття про темперамент. Статус темпераменту в структурі індивідуальних властивостей.
81. Основні властивості темпераменту.
82. Типологія темпераменту за Гіппократом.
83. Типологія темпераменту за Е. Кречмером.
84. Вчення І. П. Павлова про типи ВНД як фізіологічне підґрунття темпераменту.
85. Охарактеризуйте адаптивний потенціал конституції: фізіологія та психологія здоров'я.
86. Поясніть залежність конституції і інстинктів, темпераменту людини, емоцій, страху та заспокоєння.
87. Проаналізуйте психофізіологічний зміст онкологічних захворювань та їх зв'язок з екологічними особливостями середовища проживання.
88. Охарактеризуйте поняття «радіаційне забруднення навколишнього середовища» та його вплив на здоров'я людини.
89. Поясніть взаємозв'язок антропічного забруднення навколишнього середовища та здоров'я людини.
90. Поясніть поняття здоров'я та хвороба, норма та патологія.

91. Охарактеризуйте поняття «здоровий спосіб життя» і доведіть взаємозалежність способу життя і здоров'я.
92. Проаналізуйте поняття «шкідливі» звички.
93. Надайте характеристику методів фізичного оздоровлення.
94. Охарактеризуйте фактори здоров'я людини.
95. Охарактеризуйте поняття «гіподинамія» та її вплив на здоров'я людини.
96. Опишіть негативні наслідки стресу. Їх запобігання.
97. Охарактеризуйте, у чому полягають акцентуації характеру та їх зв'язок з патологією.
98. Опишіть причини невротизації населення України.
99. Доведіть зв'язок генетики і здоров'я людини.
100. Опишіть фактори впливу на тривалість життя людини.
101. Доведіть взаємозалежність харчування, здоров'я і краси.
102. Охарактеризуйте канони краси і необхідність їх дотримання.
103. Наведіть основні завдання валеології, гігієни та психогігієни.
104. Опишіть основні положення гігієни розумової праці.
105. Надайте характеристику екзогенних і ендогенних факторів здоров'я.
106. Доведіть суть впливу техногенних катастроф і радіації на здоров'я людини.
107. Охарактеризуйте основний зміст профілактики психічних стресів і корекції їх наслідків.
108. Поясніть сучасні підходи до психічного оздоровлення.
109. Поясніть основні принципи формування здоров'я.
110. Опишіть фактори формування здоров'я в дитячому і підлітковому віці.
111. Охарактеризуйте основні психологічні новоутворення підліткового віку.
112. Опишіть почуття дорослості, його становлення та особливості прояву у підлітків.

113. Опишіть розвиток пізнавальних процесів і перебудова навчальної діяльності у підлітковому віці.
114. Поясніть особливості розвитку самосвідомості підлітка.
115. Проаналізуйте перебудову взаємин підлітка з дорослими та однолітками.
116. Надайте характеристику особливості анатомо-фізіологічного розвитку на етапі ранньої юності.
117. Охарактеризуйте психосексуальний розвиток особистості в період ранньої юності.
118. Охарактеризуйте соціально-психологічні умови формування особистості старшокласників.
119. Опишіть основні психологічні новоутворення ранньої юності.
120. Охарактеризуйте психосексуальний розвиток у період ранньої юності.
121. Охарактеризуйте специфіку пізнавальних процесів у старшокласників.
122. Надайте характеристику особливостям формування емоційно-вольової сфери в період ранньої юності.
123. Надайте характеристику особливостей самосвідомості юнаків і дівчат.
124. Надайте характеристику перебудови взаємин з однолітками та дорослими на етапі ранньої юності.
125. Охарактеризуйте психологічні особливості вибору професії та готовність юнаків і дівчат до професійного самовизначення.

4 КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ

Підсумкове оцінювання знань студентів здійснюється за **100-бальною** рейтинговою шкалою (табл. 1), яка у **відомості обліку успішності** (форма № Н-5.03) фіксується оцінками за **національною системою** і за європейською кредитно-трансферною системою – **ECTS**.

Поточне оцінювання здійснюється відповідно критеріям оцінювання певного виду навчальної діяльності (табл. 2).

Таблиця 1– Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для іспиту, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90–100	A	Відмінно	Зараховано
82–89	B	Добре	
74–81	C		
64–73	D	Задовільно	
60–63	E		
35–59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0–34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням навч.дисципліни

Таблиця 2 – Відповідність критеріїв оцінювання за певною навчальною дисципліною критеріям оцінювання певного виду навчальної діяльності

Вид та форма контролю	Максимальний показник за вид контролю та конкретну форму контролю, бал
Лекції (відвідування, конспект)	До 10
Робота студентів на практичних, лабораторних, семінарських заняттях	20
Підготовка до заняття (конспект)	До 3
Активність на занятті	До 3
Виконання завдань практичного заняття та захист, звіт	До 8
Поточний та підсумковий контроль	50
Опитування	До 5
Контрольна робота	До 5
Реферат	До 12
Самостійна робота*	До 5
Індивідуальна робота**	До 10
Усього за модулем	80
Іспит	20
Усього	100

**Самостійна робота* як форма поточної навчальної роботи – це виконання студентом самостійно за завданням викладача певного обсягу практичних завдань, що стосуються відпрацювання окремих навичок і умінь з навчальної дисципліни і можуть мати такі форми: написання реферату, формулювання структурно-логічних схем, виконання домашнього завдання тощо.

***Індивідуальна робота* як форма поточної навчальної роботи – це виконання студентом самостійно за завданням (можливо і під керівництвом) викладача певного обсягу практичних завдань, які стосуються відпрацювання окремих навичок і умінь з навчальної дисципліни, що може мати такі форми: виготовлення засобів наочності, розробка тестів, ребусів, виконання індивідуального завдання тощо.

3 Критерії оцінювання знань студентів за конкретним видом навчальної діяльності

3.1 Критерії оцінювання знань (максимальний бал – 3)

Бал рейтингу 3 – активність висока, студент виявив усебічні, систематичні та глибокі знання навчально–програмного матеріалу, уміння вільно розв’язувати завдання, передбачені програмою, аналізувати та узагальнювати програмний матеріал, продемонстрував засвоєння взаємозв’язку основних понять навчальної дисципліни в їх значенні для отриманої професії, ініціює доцільну активність на занятті, самостійно будує структурно–логічні схеми.

Бал рейтингу 2 – активність невисока, питання розкриті в обсязі підручника чи конспекту, студент виявив знання навчально–програмного матеріалу, успішно виконує передбачені програмою завдання, уміє пояснювати структурно–логічні схеми з програмного матеріалу, мовлення грамотне, але відповідь побудована алогічно.

Бал рейтингу 1 – відповідь на занятті без грубих помилок, студент виявив знання основного навчально–програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та професійної діяльності, здатний розв’язувати завдання, передбачені програмою, але поверхово ознайомлений з рекомендованою літературою, орієнтується в питанні за допомогою додаткових питань (пасивність на занятті – відповідає тільки на запрошення).

3.2 Критерії оцінювання знань (максимальний бал – 5)

Рівень творчий, оцінка – 5 балів.

Питання повністю розкриті, студент виявив усебічні, систематичні та глибокі знання навчально–програмного матеріалу, уміння вільно розв’язувати завдання, передбачені програмою, аналізувати та узагальнювати програмний матеріал, продемонстрував засвоєння взаємозв’язку основних понять навчальної дисципліни в їх значенні для отриманої професії. У відповіді наявні неординарні аргументовані погляди студента, які вказують на ознайомлення зі

спеціальною літературою, широту світогляду, знання навчальної дисципліни. Мовлення грамотне, професійне, вживання термінології демонструє її розуміння, відповідь логічно побудована.

Рівень: репродуктивний, оцінка – 4 бали.

Питання повністю розкриті в обсязі підручника чи конспекту, студент виявив повне знання навчально–програмного матеріалу, успішно розв’язує передбачені програмою завдання, засвоїв основну літературу, рекомендовану в програмі, уміє пояснювати структурно–логічні схеми з програмного матеріалу, виявив здібність до самостійного поповнення й оновлення знань у процесі подальшого навчання та професійної діяльності без звертання до додаткової (спеціальної) літератури. Мовлення грамотне, але відповідь побудована алогічно.

Рівень достатній, оцінка – 3 бали.

Відповідь на практичному занятті неповна, але без грубих помилок. Студент виявив знання основного навчально-програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та професійної діяльності, здатний розв’язувати завдання, передбачені програмою, поверхово ознайомлений з рекомендованою літературою, але орієнтується в питанні за допомогою додаткових питань.

Рівень недостатній, оцінка – 2 бали.

Студент виявив недоліки в знаннях основного навчально–програмного матеріалу, незнайомство навіть з матеріалом підручника та припустився принципових помилок у розв’язанні передбачених програмою завдань. Студент не може продовжувати навчання та розпочати професійну діяльність без додаткових занять з відповідної навчальної дисципліни.

Рівень низький, оцінка – 1 бал.

Студент був присутній і намагався скласти не більш, ніж 50 % зазначених форм контролю, продемонструвавши відсутність ознайомлення з фактичним матеріалом навчальної дисципліни. У відповіді виявляється незнання змісту основного навчально-програмного матеріалу навчальної дисципліни.

3.3 Критерії оцінювання знань (максимальний бал – 8)

Бал рейтингу 8 – студент має сталі професійні знання, володіє пізнавальними вміннями, має добре розвинені організаторські навички, комунікативні вміння, а також виявляє оригінальність, доцільність вирішення завдання, розкриття завдання повне, виконане логічно і переконливо та відповідає змісту, наявні власні пропозиції, які є доцільними, виявив творчі здібності.

Бал рейтингу 7 – студент має сталі професійні знання, володіє пізнавальними вміннями, має добре розвинені комунікативні вміння, але організаторські навички потребують удосконалення, а також виявив стандартність розв'язання завдання, недостатньо повно його розкрив: не завжди логічно і переконливо викладений зміст виконаного завдання, наявні власні пропозиції, які не завжди доцільні.

Бал рейтингу 5 – студент володіє пізнавальними вміннями, але професійні знання і комунікативні вміння потребують поглиблення і удосконалення, а організаторські навички відсутні, а також студент виявив стандартність у розв'язанні завдання; недостатньо повно, поверхово виконав завдання, матеріал викладено мозаїчно, іноді відсутня узгодженість задачі та її розв'язання, власні пропозиції відсутні.

Бал рейтингу 2 – студент недостатньо володіє пізнавальними вміннями, професійні знання і комунікативні вміння дуже слабкі, а організаторські навички відсутні, а також студент виконав завдання дуже поверхово; викладення матеріалу мозаїчне, неосмислене, неузгоджене з вимогами даного завдання.

3.4 Критерії оцінювання знань (максимальний бал – 20)

Рівень: творчий, оцінка – 20 балів. Питання повністю розкриті, студент виявив усебічні, систематичні та глибокі знання навчально-програмного матеріалу, уміння вільно розв'язувати завдання, передбачені програмою, аналізувати та узагальнювати програмний матеріал, продемонстрував засвоєння взаємозв'язку основних понять дисципліни в їх значенні для отриманої

професії. У відповіді присутні неординарні аргументовані погляди студента, які вказують на ознайомлення зі спеціальною літературою, широту світогляду, знання навчальної дисципліни. Мовлення грамотне, професійне, уживання термінології демонструє її розуміння, відповідь логічно побудована.

Рівень: репродуктивний, оцінка – 15 балів. Питання повністю розкрито в обсязі підручника чи конспекту, студент виявив повне знання навчально-програмного матеріалу, успішно розв'язує передбачені програмою завдання, засвоїв основну літературу, рекомендовану в програмі, уміє пояснювати структурно-логічні схеми з програмного матеріалу, продемонстрував здібність до самостійного поповнення й оновлення знань у процесі подальшого навчання та професійної діяльності без звертання до додаткової (спеціальної) літератури. Мовлення грамотне, але відповідь побудована алогічно.

Рівень: достатній, оцінка – 10 балів.

Відповідь неповна, але без грубих помилок. Студент виявив знання основного навчально-програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та професійної діяльності, здатний розв'язувати завдання, передбачені програмою, також поверхово ознайомлений з рекомендованою літературою, але орієнтується в питанні за допомогою додаткових питань.

Рівень: недостатній, оцінка – 5 балів. Студент виявив вади в знаннях основного навчально-програмного матеріалу, незнайомство навіть з матеріалом підручника та припустився принципових помилок у розв'язанні передбачених програмою завдань. Студент не може продовжувати навчання та приступити до професійної діяльності без додаткових занять з відповідної навчальної дисципліни.

Рівень: низький, оцінка – 0 балів. Студент був присутній і намагався скласти не більш, ніж 50 % зазначених форм контролю, де продемонстрував незнання фактичного матеріалу. У відповіді виявляється незнання змісту основного навчально-програмного матеріалу навчальної дисципліни.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Основна

1. Вікова і педагогічна психологія: навч. посіб. / Скрипченко О. В. та ін. К.: Каравела, 2006. 344 с.
2. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 304 с.
3. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини: навч. посіб. Луцьк.: РВВ «Вежа», Волин.нац.ун-ту ім.Лесі Українки, 2011. 430 с.
4. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: основні положення. Навчальний посібник для сам.вивчення дисципліни. К.: «ЕксОб», 2003. 304 с.
5. Мацко Л. А., М. Д. Прищак. Основи психології та педагогіки: навч. посіб. Вінниця : ВНТУ, 2009. 158 с.
6. Максименко С. Д. Загальна психологія. Видання 3–є, перероблене та доповнене: навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2010. 288 с.
7. Максименко С.Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія: навч.посібн. К.: МАУП, 2000. 256 с.
8. Психологія особистості: тексти і методики: навчальний посібник / уклад. Л. К. Велитченко, О. М. Цільмак. Одеса: Букаєв Вадим Вікторович, 2008. 212 с.
9. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасека О. В. Вікова психологія: навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 384 с.
10. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології та педагогіки: навчальний посібник. К.: Академвидав, 2005. 520 с.
11. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д.Столяренко. – Р.–н.–Д.: Феникс, 2001. – 672 с.

Додаткова

12. Абрамова Г. С. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов. – 4-е изд., стереотип. М.: Издательский центр «Академия», 1999. 672 с.

13. Варій М.Й. Психологія особистості: навч. посіб. К.: «Центр учбової літератури», 2008. 592 с.

14. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. / Скрипченко О. В. та ін. К.: Просвіта, 2001. 416 с.

15. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии: информ–метод. материалы к курсу «Общая психология»: учебное пособие для студентов пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1986. 272 с.

16. Кон И. С. Психология ранней юности: кн. для учителя. М.: Просвещение, 1989. 255 с.

17. Мухина В.С. Детская психология: учеб. для студ. пед. ин-тов / под ред. Л. А. Венгера. – 2-е изд., перераб. и доп. М.: Просвещение. 1985. 272 с.

18. Общая психология: учеб. для студентов пед. ин-тов / под ред. А. В. Петровского. 2-е изд., доп. и перераб. М.: 1976. 479 с.

19. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: В 2 т. М.; Просвещение, 1989. 488 с.

20. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии / под ред. И. И. Ильясова, В. Я. Ляудис. М.: Изд–во Моск. ун–та. 1980. 292 с.

Інформаційні ресурси

1. Психологія. Під ред. Трофімов а Ю.Л. – <http://westudents.com.ua/glavy/79955-peredmova.html>

2. Сергеєнкова О.П.. Педагогічна психологія – <http://westudents.com.ua/glavy/78975-35-psihologchna-harakteristika-pedagogchno-maysternost-stilv-pedagogchno-dyalnost.html>

Методичні вказівки щодо семінарських занять з навчальної дисципліни «Психологія, психологія здоров'я» для студентів денної форми навчання зі спеціальності 014.11 – «Середня освіта (фізична культура)» освітнього ступеня «Бакалавр»

Укладач к. психол. н., доцент О. С. Куш

Відповідальний за випуск в.о. зав. кафедри здоров'я людини та фізичної культури О. І. Антонова

Підп. до др. _____. Формат 60×84 1/16. Папір тип. Друк ризографія.
Ум. друк. арк. _____. Наклад _____ прим. Зам. № _____. Безкоштовно.

Редакційно-видавничий відділ
Кременчуцького національного університету
імені Михайла Остроградського
вул. Першотравнева, 20, м. Кременчук, 39600