

Міністерство освіти і науки України
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки
Кафедра теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації



Затверджено

Проректор з науково-педагогічної і
навчальної роботи та рекрутації,
проф. Гаврилюк С. В.

«17»

лютого

2016 р.

Психологія, психологія спорту та здорового способу життя

Програма

нормативної навчальної дисципліни

підготовки бакалавра

напряму підготовки 6.010201 «Фізичне виховання»

6.010203 «Здоров'я людини»

6.010202 «Спорт»

Луцьк – 2016

Програма навчальної дисципліни «Психологія, психологія спорту та здорового способу життя» для студентів напрямів підготовки 6.010201 «Фізичне виховання», 6.010203 «Здоров'я людини», 6.010202 «Спорт».

9 грудня 2015 р. - 11 с.

Розробник:

Деделюк Н.А., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

Рецензент:

Вольчинський А.Я., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри здоров'я і фізичної культури Східноєвропейського національного університету.

Програма навчальної дисципліни затверджена на засіданні кафедри теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації
протокол № 5 від 9 грудня 2015 р.

Завідувач кафедри:  (Белікова Н. О.)

Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною комісією Інституту фізичної культури і здоров'я
протокол № 5 від 14 січня 2016 р.

Голова науково-методичної комісії інституту  (Мудрик Ж.С.)

Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною радою університету

протокол № 6 від 17. 02. 2016 р.

Вступ

Психологія, психологія спорту та здорового способу життя є однією з фундаментальних навчальних дисциплін, за допомогою якої формується професійна майстерність фахівців фізкультурно-оздоровчої, спортивної та медичної сфери. Навчальна дисципліна допомагає визначити зміст і методи психологічної проблематики здоров'я людини, спортивної та фізкультурно-оздоровчої діяльності; враховувати індивідуальні особливості окремих особистостей і колективу в цілому; раціонально організувати навчальну, виховну, оздоровчу, тренувальну та змагальну діяльність; планувати та реалізовувати майбутню професійну діяльність, базуючись на аналізі і систематизації теоретичних моделей, емпіричних досліджень, практичних напрацювань зарубіжної та вітчизняної психології.

Запропонована програма з дисципліни «Психологія, психологія спорту та здорового способу» відображає актуальність вивчення психологічного компоненту у оздоровчій та спортивній діяльності. Пріоритетним напрямком у виладанні курсу є навчання студентів умінню інтегрувати отриману інформацію в цілісну систему уявлень про людину та її поведінку, здійснювати ситуативну й системну оцінку психологічного явища, пов'язаного із здоров'ям людини, її оздоровчою та спортивною діяльністю.

Вивчення курсу «Психологія, психологія спорту та здорового способу» дозволяє розглянути низку психологічних проблем в оздоровчій та спортивній діяльності, а саме: вплив психологічних факторів на фізичну підготовку і психічне здоров'я; вплив стресу на фізичну активність особистості; визначення ролі особистості, лідерства в колективі; визначення рівня тривожності, агресії спортсменів в процесі змагання; профілактика спортивних травм, формування відповідальності за своє здоров'я.

Програма навчальної дисципліни «Психологія, психологія спорту та здорового способу» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів напрямів підготовки 6.010201 «Фізичне виховання», 6.010203 «Здоров'я людини», 6.010202 «Спорт».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є сукупність базових знань з психології, психології спорту, психології здорового способу життя; історія розвитку, зв'язок з іншими науками, розуміння індивідуальних особливостей осіб, які займаються оздоровчою фізичною культурою і спортом; формування самосвідомості, упевненості в особі; спортивна порядність, лідерство; спорт як сфера життєдіяльності людини, оволодіння методами і прийомами збереження і зміцнення здоров'я, усвідомлення потреби прагнення здорового способу життя.

Міждисциплінарні зв'язки. Вивчення дисципліни «Психологія, психологія спорту та здорового способу» має прикладний характер і базується на знаннях таких фундаментальних дисциплін, як «Психологія», «Педагогічна психологія», «Психологія спорту», «Психологія здоров'я людини», «Соціологія», «Філософія», «Фізіологія людини», «Теорія та методика фізичного виховання», «Фітнес», «Фізична реабілітація».

Програма навчальної дисципліни складається з таких **змістових модулів**:

1. Вступ до загальної психології. Особистість як категорія загальної психології. Особистість у діяльності та спілкуванні.

2. Теоретичні аспекти психології спорту і фізичного виховання. Психологічні особливості діяльності в галузі фізичного виховання.

3. Психологія здорового способу життя

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 180 години / 6 кредитів ECTS.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни – є ознайомлення студентів з основами психології, психології спорту; формування в студентів теоретичних знань і практичних дій із загальної психології, психології спорту, психології здорового способу життя; оволодіння психологічними методами удосконалення механізмів і принципів групової динаміки, лідерства, спілкування членів команди, відновлення та збереження здоров'я людини..

Основними завданнями вивчення дисципліни – є озброєння студентів основами психологічних знань; сприяння формуванню світогляду у майбутніх фахівців, їх особистісному росту; формування у студентів уміння аналізувати педагогічні ситуації та вживати психологічні знання в практику спілкування, навчання та виховання.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати:

- загальні основи психології, психології спорту та здорового способу життя;
- основні закономірності, принципи і структуру психології, психології спорту та здорового способу життя;
- методологічну основу психології, психології спорту та здорового способу життя;
- шляхи зміцнення здоров'я і поліпшення самопочуття особистості, яка займається оздоровчою фізичною культурою і спортом;
- види і стилі взаємодії та спілкування в колективі, спортивній групі, команді.

вміти:

- вміло використовувати методи психологічних досліджень і застосовувати на практиці знання з питань психології, психології спорту та здорового способу життя;
- застосовувати базові психологічні знання для організації діяльності спортсмена;
- вибирати ефективні форми і методи командної роботи;
- вибирати та ефективно використовувати засоби і прийоми психологічного впливу на особистість і групу;
- опрацьовувати та впроваджувати результати психологічних методик;
- розробляти прості і доступні тести для визначення чинників здорового способу життя та факторів, які впливають на стан здоров'я.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни – є ознайомлення студентів з основами психології, психології спорту; формування в студентів теоретичних знань і практичних дій із загальної психології, психології спорту, психології здорового способу життя; оволодіння психологічними методами удосконалення механізмів і принципів групової динаміки, лідерства, спілкування членів команди, відновлення та збереження здоров'я людини..

Основними завданнями вивчення дисципліни – є озброєння студентів основами психологічних знань; сприяння формуванню світогляду у майбутніх фахівців, їх особистісному росту; формування у студентів уміння аналізувати педагогічні ситуації та вживати психологічні знання в практику спілкування, навчання та виховання.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати:

- загальні основи психології, психології спорту та здорового способу життя;
- основні закономірності, принципи і структуру психології, психології спорту та здорового способу життя;
- методологічну основу психології, психології спорту та здорового способу життя;
- шляхи зміцнення здоров'я і поліпшення самопочуття особистості, яка займається оздоровчою фізичною культурою і спортом;
- види і стилі взаємодії та спілкування в колективі, спортивній групі, команді.

вміти:

- вміло використовувати методи психологічних досліджень і застосовувати на практиці знання з питань психології, психології спорту та здорового способу життя;
- застосовувати базові психологічні знання для організації діяльності спортсмена;
- вибирати ефективні форми і методи командної роботи;
- вибирати та ефективно використовувати засоби і прийоми психологічного впливу на особистість і групу;
- опрацьовувати та впроваджувати результати психологічних методик;
- розробляти прості і доступні тести для визначення чинників здорового способу життя та факторів, які впливають на стан здоров'я.

Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Змістовий модуль I. Вступ до загальної психології. Особистість як категорія загальної психології. Особистість у діяльності та спілкуванні.

Тема 1. Психологія як наука. Предмет і завдання психології

Психологія як наука про закономірності виникнення і функціонування психіки. Місце психології в системі наук про людину. Основні напрями психологічної науки: психоаналіз, гуманістична психологія, біхевіоризм, когнітивна психологія, трансперсональна психологія та ін.

Методологічні принципи психології: принцип детермінізму, єдності свідомості і діяльності, розвитку, об'єктивності, системного підходу та їх втілення в методах психології. Основні методи психології: спостереження і експеримент. Допоміжні методи психології: опитування (анкетування і інтерв'ю), тестування, вивчення продуктів діяльності. Проблема надійності і валідності результатів психологічного дослідження.

Тема 2. Виникнення і розвиток психіки

Форми відображення дійсності: фізична, біологічна, психічна. Психіка як функція високоорганізованої матерії. Взаємозв'язок психіки з нервовою системою. Функціональна асиметрія великих півкуль головного мозку. Рефлекс як основна форма взаємодії організму із середовищем. Умовні і безумовні рефлекси.

Розвиток психіки у філогенезі: елементарна чутливість, предметно = перцептивний рівень, інтелект. Взаємозв'язок рівня розвитку психіки і форм поведінки тварин. Свідомість як вищий рівень розвитку психіки: зміст і умови виникнення. Відмінності між психікою тварин і свідомістю людини. Структура свідомості. Свідоме і несвідоме. Неусвідомлювані психічні явища: передсвідоме, підсвідоме, надсвідоме.

Форми прояву психіки: психічні процеси, психічні стани, психічні властивості особистості.

Тема 3. Зміст і структура особистості

Поняття про особистість. Індивід, особистість, індивідуальність, суб'єкт як характеристики людини. Психологічна специфіка особистості: усталеність, цілісність, активність. Структура особистості. Рушійні сили розвитку особистості: різні психологічні підходи.

Тема 4. Самосвідомість особистості

Самосвідомість особистості: зміст і структура. "Я-концепція" особистості. "Я-образ" як сукупність уявлень особистості про себе. Самооцінка і рівень домагань як центральні характеристики самосвідомості особистості. Механізми та шляхи розвитку самосвідомості.

Тема 5. Мотиваційна сфера особистості

Мотиваційна сфера особистості. Потреби і мотиви. Мотивація. Спрямованість особистості: зміст, види, форми прояву. Умови розвитку мотивації особистості.

Тема 6. Психічні процеси і стани особистості

Загальна характеристика когнітивної сфери особистості. Увага і її характеристики. Види уваги. Можливості управління увагою.

Чуттєві форми пізнання дійсності: відчуття і сприйняття. Види і властивості відчуттів. Сприйняття і його характеристики. Апперцепція. Спостереження як цілеспрямоване сприйняття. Умови розвитку чуттєвих форм пізнання дійсності.

Пам'ять і її види. Процеси пам'яті. Умови підвищення продуктивності пам'яті.

Логічні форми пізнання дійсності: мислення і уява. Властивості мислення. Операції і види мислення. Засоби активізації мислення. Уява: зміст і види. Прийоми створення нових образів уяви. Уява і творчість. Умови розвитку уяви.

Емоційно-вольова сфера особистості. Емоції і почуття. Види почуттів. Емоційна культура особистості: зміст і умови розвитку. Воля як психічний процес. Структура вольового акту. Вольові якості особистості і їх розвиток. Локус контролю. Психічні стани особистості: зміст і види. Настрій, афект, стрес. Умови саморегуляції психічних станів.

Тема 7. Індивідуально-типологічні властивості особистості

Особливості поведінки особистості: темперамент і характер. Темперамент як динамічний бік поведінки: зміст і основні теорії. Типи темпераменту. Вплив темпераменту на успішність навчання і діяльності. Індивідуальний стиль діяльності. Темперамент і характер. Структура характеру. Риси характеру. Акцентуації характеру. Формування і самовиховання характеру.

Здібності як умова успішного здійснення діяльності. Природні передумови формування здібностей (задатки). Види здібностей. Рівні розвитку здібностей. Обдарованість, талант, геніальність. Психологічні умови формування і розвитку здібностей.

Тема 8. Діяльність як умова розвитку особистості

Діяльність як цілеспрямована і усвідомлена активність особистості. Структура діяльності: цілі, мотиви, дії. Дії і операції. Складові і засоби дій. Уміння й навички. Види діяльності: праця, спілкування, гра.

Тема 9. Спілкування як умова розвитку особистості

Спілкування як умова формування особистості. Структура спілкування: комунікація, інтеракція, перцепція. Спілкування як обмін вербальною і невербальною інформацією. Спілкування як міжособистісна взаємодія. Взаємодія людей у соціальних групах. Види груп. Групові феномени: конформізм, "зсув ризику", лідерство. Спілкування як сприймання людьми один одного. Ефекти сприймання.

Психологічні механізми впливу у процесі спілкування: переконання, психічне зараження, навіювання, наслідування. Умови підвищення ефективності спілкування. Формування атракції.

Змістовий модуль II. Теоретичні аспекти психології спорту і фізичного виховання. Психологічні особливості діяльності в галузі фізичного виховання

Тема 10. Предмет спортивної психології

Предмет та завдання психології спорту. Мета вивчення психології спорту. Виникнення і розвиток світової та вітчизняної психології спорту. Зв'язок психологічних досліджень і практики.

Тема 11. Психологічні особливості спортивної діяльності

Загальна характеристика спортивної діяльності. Спеціалізовані сприйняття в спорті. Реакція в спорті. Психологічна напруга і перенапруга в тренувальному процесі.

Тема 12. Психологія особистості спортсмена

Особистість спортсмена як суб'єкт спортивної діяльності. Підходи до вивчення особистості. Індивідуально-психологічні особливості особистості спортсмена. Формування особистості спортсмена. Розуміння сутності мотивації, досягнення та змагальності. Збудження, стрес і тривожність.

Тема 13. Психологічна підготовка вчителя фізичної культури і тренера

Психологічна підготовка тренера та вчителя фізичної культури. Основні риси психологічної готовності вчителя і тренера. Функції діяльності вчителя фізичної культури та тренера (інформаційна функція, навчальна функція, виховна функція, керівна функція, адміністративна функція.). Стилі керівництва групами та командами (авторитарний, демократичний та ліберальний стилі).

Тема 14. Психологічні основи вольової підготовки у фізичному вихованні

Психологічні особливості прояву вольових якостей. Характеристика вольових зусиль у фізичному вихованні. Вольові зусилля у спорті. Виховання і самовиховання волі у спортсменів. Особливості рис спортивного характеру (спокій, впевненість у собі, бойовий дух,) та вплив темпераменту (холерик, сангвінік, флегматик, меланхолік) на спортивну діяльність. Суперництво і співробітництво.

Тема 15. Психологічні особливості формування рухових навичок у спорті

Психологічна структура рухових навичок у спорті. Перенос інтерференцій і деавтоматизація рухових навичок. Стадії формування рухових навичок. Зворотний зв'язок, підкріплення і внутрішня мотивація.

Тема 16. Психологічні особливості навчально-тренувальної діяльності в спорті

Специфічні особливості спортивної діяльності. Психологічна структура навчально-тренувальної діяльності. Психологічні основи підготовки спортсмена в системі навчально-тренувальної діяльності. Формування спортивного світогляду, формування переконань спортсмена, формування інтересів спортсмена.

Тема 17. Міжособистісні взаємини в спорті

Соціально-психологічні особливості спортивної групи. Розміри спортивних груп. Ознаки спортивних груп. Лідерство в спортивній групі. Формальний лідер. Неформальний лідер. Успішність спортивної діяльності і спілкування. Групова та командна динаміка. Групова згуртованість та спілкування.

Тема 18. Підвищення рівня фізичної підготовки

Запровадження до тренувань психологічних вмінь і навичок. Регуляція рівня збудження. Мислені образи (уявлення). Упевненість у собі. Визначення цілей. Концентрація уваги.

Тема 19. Психологія спортивного змагання

Змагання з позиції психолога. Передзмагальна підготовка спортсмена. Характеристика змагальної діяльності. Вплив спортивного змагання на особистість спортсмена. Передстартова підготовка спортсмена.

Тема 20. Психологічне забезпечення спортивної діяльності

Психологічні основи діагностики в спорті. Теорія психодіагностичних вимірів. Вимоги психометрії. Психологічні основи відбору в спорті. Основні методологічні принципи психологічного відбору. Система психологічного відбору спортсменів. Психологічне забезпечення тренувань і змагань.

Тема 21. Зміцнення здоров'я та поліпшення самопочуття

Фізичні навантаження і психічне здоров'я. Рухова активність. Психологія і спортивні травми. Зловживання різними препаратами та харчові розлади. «Перегорання», «перевтома» та перетренованість.

Тема 22. Сприяння психічному розвитку

Психічний розвиток дітей за допомогою занять спортом. Агресивність у спорті. Розвиток характеру та спортивна порядність, Проблема статі у спорті і фізичній культурі.

Змістовий модуль III. Психологія здорового способу життя

Тема 23. Предмет психології здорового способу життя. Внутрішня картина здоров'я

Поняття про психологію здоров'я. Місце психології здоров'я в інших галузях наукових знань. Здоров'я людини в контексті психології. Базові визначення стану здоров'я. Фактори підвищення рівня психічного здоров'я. Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості. Основні складові частини внутрішньої картини здоров'я та її формування. Психічне здоров'я людини та позитивніемоційні стани. Психічне здоров'я людини й депресивні стани.

Тема 24. Психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я. Психологічний захист особистості

Саморегуляція стану та поведінки в забезпеченні здоров'я. Самоконтроль стану і поведінки в забезпеченні здоров'я. Механізми компенсації в забезпеченні психічного здоров'я. Психогігієна і збереження здоров'я людини. Усвідомлення себе і свого місця у світі. Соціальне здоров'я особистості. Захисні реакції і механізми особистості.

Тема 25. Особистість і стрес. Психологія впевненості особистості. Психологія професійного довголіття

Поняття психологічного стресу та причини його виникнення. Поняття професійного стресу та причини його виникнення. Особливості поведінкових реакцій людини у стресових ситуаціях. Поняття про віру та довіру. Класифікація довірливих стосунків. Психологічні особливості впевненої в собі особистості. Основні шляхи розвитку особистості. Розробка гуманістично

орієнтованої моделі професійного розвитку. Особливості психології дорослих людей у різні періоди життя. Шляхи продовження професійного довголіття.

Тема 26. Психодіагностика стану здоров'я особистості

Орієнтована оцінка здорової поведінки. Орієнтована оцінка емоційного благополуччя. Аутоаналітичний опитувальник здорової особистості. Дослідження особистості біографічним методом. Методика дослідження впевненості на усвідомлюваному рівні. Методика дослідження локусу контролю. Тест-опитувальник особистісної зрілості. Тест на професійний стрес. Діагностика змістових життєвих орієнтацій. Методика діагностики ступеня задоволеності основних потреб. Психодіагностика самотності. Проективний метод психодіагностики ВКЗ. Методика визначення ризику здатності до суїциду. Опитувальник на "вигорання" МВІ. Методика дослідження емоційно-особистісних особливостей. Міссіпська шкала для ПТСР. Методика діагностики ставлення до інших людей з інвалідністю. Методика визначення типу акцентуацій характеру та темпераменту К. Леонгарда і Х. Шмишека. Тест акцентуації характеру. Методика діагностики рівня шкільної тривожності Філіпса. Діагностика типів ставлення до хвороби (ЛОБІ).

Методи навчання: словесні, практичні, наочні.

Форма підсумкового контролю успішності навчання: тестові завдання, екзамен.

Методи та засоби діагностики успішності навчання: практичні заняття, індивідуальна науково-дослідна робота, самостійна робота, контрольні роботи, тестові завдання, опитування, екзамен.

Список джерел

Основна література:

1. Вейнберг Р. С. Психологія спорту / Р. С. Вейнберг, Д. Гоулд. – К. : Олімпійська література, 2001. – 336 с.
2. Волкова В. І. Психологія спорту : навч. посібник / В. І. Волкова. – К. : Олімпійська література, 2007. – 298 с.
3. Гогунів Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учеб. Пособие / Б. И. Мартыанов.– М.: «Академия»,2000.-288
4. Ильин Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 352 с.
5. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: 2-е изд., испр. и доп / Е. П. Ильин.. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000.- 486 с.
6. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов / Е. П. Ильин.- СПб.:Питер,2003.-384 с.
7. Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини / І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич [за ред. І. Я. Коцана]. - Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. - 352 с.
8. Кретти Брайент Дж. Психология в современном спорте. Пер. с англ. Ханина Ю.Л / Кретти Брайент Дж.. – М.: «ФиС», 1978.- 224 с.

9. Ложкин Г. В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учеб. пособ./ Г. В. Ложкин – К.: Освіта України, 2011. – 484 с.
10. Практикум по спортивной психологии / Под ред. И. П. Волкова.- СПб.: Питер, 2002.- 288 с.
11. Сергієнко Л. П. Практикум з психології спорту : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / Л. П. Сергієнко. – Харків : «ОВС», 2008. – 256 с.
12. Сергієнко Л. П. Психологія спорту: робоча навчальна програма та практикум: методичні рекомендації / Л. П. Сергієнко. – Миколаїв : Вид-во ПСІ КСУ, 2003. – 158 с.
13. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. И. П. Волков.- СПб.:Питер,2002.- 384 с.
14. Уэйнберг Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд.- К.: Олимпийская литература, 1998.-335 с.

Допоміжна література:

15. Андреева О. Аналіз мотиваційних теорій у сфері оздоровчої культури та рекреації / О. Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – №12. – С.49-51.
16. Белкин А. А. Идеомоторная подготовка в спорте / А. А. Белкин.- М.: ФиС, 1983.- 128 с.
17. Буленко Т. В. Діагностика особистості в практичній діяльності психолога : наук.-метод. посіб. / Т. В. Буленко, М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1996. – 331 с.
18. Воляннюк Н. Ю. Психологія професійного становлення толерантності / Н. Ю. Воляннюк // Психологічні перспективи. – Луцьк : РВВ «Вежа» ВНУ ім. Лесі Українки, 2008. – С. 28.
19. Галецька І. Психологія здоров'я : теорія та практика / І. Галецька, Т. Сосновський.- Л.: Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2006.- 338 с.
20. Государев Н.А. Так становятся чемпионами (комментарии психолога) / Н. А. Государев.- М.: ФиС, 1989.- 190 с.
21. Загайнов Р. М. Доверие души: записки спортивного психолога / Р. М. Загайнов.- М.: ФиС, 1986.- 112 с.
22. Козин А. П. Психогигиена спортивной деятельности / А. П. Козин.- К.: Здоровье, 1985.- 128 с.
23. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності / Т. Круцевич // Фізичне виховання в школі. – 1999. - №1. – С.47-50.
24. Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / М. Линець // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. - №1. – С. 23-29.
25. Онищенко І. М. Психологія фізичного виховання та спорту / І. М. Онищенко. – К. : Вища школа, 1975. – 192 с.
26. Панок В. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко та ін. – К.: Либідь, 2003. – 536 с.

27. Психология и современный спорт: Сборник научных работ.- М.: ФиС, 1973.- 328 с.
28. Психорегуляция в подготовке спортсменов / В.П. Некрасов, Н.А. Худалов, Л. Пиккенхайн, Р. Фрестер; под ред. В.П. Некрасова.- М.: ФиС, 1985.- 176 с.
29. Психология спорта: Хрестоматия / Сост.-ред. А.Е.Тарас. – М: АСТ; Мн.; Харвест, 2005.–352 с.
30. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов.- М.: ФиС, 1983.- 112 с.
31. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Учебник для вузов / А.В. Родионов.- М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2004.- 576 с.
32. Русинка І. І. Психологія : навч. посібник / І. І. Русинка. – К.: Знання, 2007. – 367 с.
33. Шалар О. Г. Лекції з курсу „Психологія фізичного виховання та спорту”: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності фізична культура / О. Г. Шалар. – Херсон : Видавництво ХДУ, 2005. – 212 с.
34. Шалар О. Г. Організація та проведення комплексної контрольної роботи з дисципліни „Психологія фізичної культури” / О. Г. Шалар // Печатное слово. – №2/13. – Херсон : Издательство ХГУ, 2005. – с. 49-53.
35. Шапар В. Б. Психологічний тлумачний словник / В. Б. Шапар. – Харків : Прапор, 2004. – 640 с.