

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО  
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ**



**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
«ПСИХОЛОГІЯ»**

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| <b>Рівень вищої освіти</b>          | – Перший (бакалаврський) рівень   |
| <b>Ступінь вищої освіти</b>         | – Бакалавр  |
| <b>Галузь знань</b>                 | – 07 «Управління та адміністрування»  |
| <b>Спеціальність</b>                | – 073 «Менеджмент»  |
| <b>Освітня програма</b>             | – 073 «Менеджмент»  |
| <b>Кількість кредитів</b>           | – кредитів 6 / 180 год., із них:<br>аудиторних - 60 год.;<br>самостійної роботи студента – 120 год. |
| <b>Форма навчання</b>               | – денна   |
| <b>Рік підготовки</b>               | – рік - 2, семестр - 3  |
| <b>Компонент освітньої програми</b> | – обов'язкова   |
| <b>Дні занять</b>                   | – згідно графіку проходження навчальних<br>дисциплін, відповідно до розкладу                        |
| <b>Консультації –</b>               | – згідно графіку проходження навчальних<br>дисциплін, відповідно до розкладу                        |
| <b>Мова викладання</b>              | – українська  |
| <b>Вид контролю</b>                 | - екзамен   |

**Керівник курсу:**

**Матвійчук Тетяна Фартівна** – кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогіки та психології

**Контактна інформація:**

Адреса: 79007, вул. Костюшка, 11, ЛДУФК імені Івана Боберського,  
м. Львів. каб. 318., тел. (032) 255-32-12

E-mail: [tetfart@gmail.com](mailto:tetfart@gmail.com)

## Опис дисципліни

Програма вивчення навчальної дисципліни «Психологія» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра галузі знань: 07 «Управління та адміністрування»; спеціальності: 073 «Менеджмент».

**Предметом** вивчення дисципліни «Психологія» є психологічні факти і закономірності діяльності психіки людини, психічні процеси, як складові діяльності та спілкування людей.

**Метою викладання** курсу «Психологія» є створення загальнотеоретичної бази (оволодіння загально психологічним інструментарієм) для успішного вивчення подальших теоретичних, практичних і прикладних навчальних курсів психолого-педагогічного циклу. Навчальна дисципліна «Психологія» знайомить студентів з системою психологічних понять, що відображають психічну реальність (психіка, свідомість, діяльність, особистість); особливостями психічного відображення людиною навколишньої дійсності у пізнавальних, емоційних та вольових процесах; психології спілкування і діяльності, що розкривають закономірності взаємодії людей в групі та колективі, в процесі індивідуальної та групової взаємодії.

**Основні завдання** навчальної дисципліни «Психологія» полягають у озброєнні студентів - майбутніх фахівців галузі туризму такими здобутками сучасної психологічної науки, які б сприяли їх професійному становленню, а також самоактуалізації та самореалізації: сприяти формуванню позитивних якостей особистості студента, розширенню його світогляду, впевненості та свідомості; озброїти студента основами психологічних знань – методологічних принципів психології, категоріального і понятійного апарату, закономірностей психічних явищ; забезпечити спеціальну психологічну освіту майбутніх фахівців галузі туризму шляхом збагачення їх знаннями закономірностей проявів та розвитку психіки у специфічних умовах туристичної діяльності; сприяти формуванню у студентів вмінь та навичок застосовувати отримані теоретичні знання у майбутній практичній діяльності.

## Навчальний контент

| Теми   | Розподіл годин |   |   |     | Результати навчання<br>Знати:  |
|--|----------------|---|---|-----|--|
|  | разом          | л | с | с.р |  |
| ТЕМА 1.<br><i>Предмет психології та її задачі.</i>         | 24             | 2 | 2 | 20  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Психологія як наука про душу.</li> <li>- Психологія як наука про факти, закономірності та механізми психологічної діяльності.</li> <li>- Розподіл психічних явищ на процеси, стани та явища особистості.</li> <li>- Загальні та спеціальні галузі психології.</li> <li>- Місце психології в системі наук. Зв'язок психології з усіма науками.</li> </ul>  |
| ТЕМА 2.<br><i>Психологічна характеристика особистості.</i> | 28             | 4 | 4 | 20  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття особистості у психології. Людина, індивід, особистість, індивідуальність.</li> <li>- Особистість як об'єкт і суб'єкт соціальної взаємодії.</li> <li>- Спрямованість особистості, що визначає її активність і діяльність.</li> <li>- Індивідуально-психофізіологічні властивості особистості (статеві, вікові особливості, патологічні зміни, темперамент).</li> <li>- Соціально-психофізіологічна характеристика особистості (психічні процеси, стани, властивості, характер);</li> <li>- Соціально-генетичний аспект особистості (задатки, здібності, досвід людини).</li> <li>- Свідоме і несвідоме у структурі особистості. Самосвідомість. «Я-концепція» та її компоненти: когнітивний, емоційно-оцінний, поведінковий.</li> <li>- Самооцінка — центральний компонент «Я-концепції»: за рівнем (висока, середня, низька); за співвіднесенням з реальними успіхами (адекватна, неадекватна); за особливістю функціонування (конфліктна, безконфліктна).</li> <li>- Рівень домагань. Самоповага. Формування та розвиток особистості. Шляхи, умови, фактори особистісного зростання. Стадії розвитку особистості.</li> </ul> |
| ТЕМА 3.<br><i>Психічні стани особистості</i>               | 28             | 4 | 4 | 20  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Характеристика психічних станів.</li> <li>- Функціональні: інтелектуальні, емоційні, вольові, психомоторні, мотиваційні.</li> <li>- Домінування функціональних станів для успішного здійснення відповідної діяльності.</li> <li>- Загальні психічні стани: підйому, пригнічення, готовності, апатії, упевненості, невпевненості.</li> <li>- Домінування, як визначення своєрідності загального настрою психіки людини.</li> <li>- Стенічні психічні стани особистості: активність, піднесення, ентузіазм, мобілізованість психіки, психологічна готовність до діяльності, впевненість, рішучість та ін.</li> <li>- Формування відповідних базових основ для виникнення стенічних психічних станів: високого професіоналізму, міцних моральних</li> </ul>  |

|                                     |    |    |    |    |  |
|-------------------------------------|----|----|----|----|--|
|                                     |    |    |    |    | <p>переконань, волі, умінь і навичок саморегуляції психічних станів.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Астенічні психічні стани особистості: пасивність, втома, втома, тривожність, страх у різних формах його прояву, невпевненість, психічна напруженість, деморалізованість, апатія, фобічні стани, фрустрації та ін.</li> </ul>   |
| ТЕМА 4.<br><i>Психічні процеси.</i> | 44 | 12 | 12 | 20 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття про відчуття. Фізіологічна основа відчуттів: органи чуття, аналізатори, рецептори.</li> <li>- Класифікація та види відчуттів: дистантні (зорові, слухові, нюхові), контактні (смакові, больові, тактильні); екстероцептивні; інтероцептивні (органічні відчуття); пропріоцептивні (кінестетичні, статичні).</li> <li>- Загальні закономірності відчуттів: пороги чутливості, адаптація, взаємодія відчуттів, сенсibilізація, синестезія, контраст, індукція.</li> <li>- Властивості відчуттів: якість, інтенсивність, тривалість, просторова локалізація.</li> <li>- Поняття про сприймання. Природа сприймання.</li> <li>- Взаємозв'язки аналізаторів у процесі сприймання.</li> <li>- Фізіологічні основи сприймання.</li> <li>- Загальні властивості та індивідуальні особливості сприймання (предметність, цілісність, структурність, контактність, осмисленість, категоріальність, вибірковість, аперцепція, динамічний стереотип, установка).</li> <li>- Класифікація і види сприймання: за провідним аналізатором (зорові, слухові, нюхові, смакові, дотикові, статичні, кінестетичні); за формами існування матерії (простору, руху, часу).</li> <li>- Мимовільне та довільне сприймання.</li> <li>- Поняття про пам'ять. Пам'ять людини (довільна, логічна, опосередкована).</li> <li>- Класифікація і види пам'яті: за часом збереження матеріалу (миттєва, короткочасна, оперативна, довготривала); за переважаючим аналізатором (зорова, слухова, тактильна, смакова, нюхова); за змістом того, що запам'ятовується і відтворюється (образна, словесно-логічна, рухова, емоційна); за характером участі волі у процесах запам'ятовування і відтворення матеріалу (мимовільна і довільна).</li> <li>- Процеси і закономірності пам'яті: запам'ятовування (мимовільне, довільне, механічне, логічне, оперативне).</li> <li>- Заучування і прийоми його організації. Умови ефективності запам'ятовування.</li> <li>- Відтворення (мимовільне, довільне, впізнавання, пригадування).</li> <li>- Збереження і забування. Індивідуальні особливості і типи пам'яті.</li> <li>- Поняття про мислення. Зв'язок мислення з мовою, мовленням та чуттєвим пізнанням</li> </ul> |

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
|  |  |  |  | <p>людини. Функціонально-операційна сторона мислення. Мислительні дії й операції (порівняння, аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, конкретизація, класифікація, систематизація).</p> <p>- Логічні форми мислення: поняття, судження, умовиводи.</p> <p>- Мислення, як діяльність: процес розв'язування задач.</p> <p>- Класифікація та види мислення: за змістом (наочно-дієве, наочно-образне, абстрактне); залежно від змісту завдань, до розв'язання яких воно застосовується (технічне, наукове, художнє); за характером завдань (практичне, теоретичне, інтуїтивне, аналітичне); за ступенем новизни й оригінальності (репродуктивне і продуктивне).</p> <p>- Індивідуальні відмінності у мисленні людини (глибина, поверховість, послідовність, непослідовність, самостійність, несамостійність, критичність, некритичність, гнучкість, негнучкість, швидкість, повільність).</p> <p>- Поняття про уяву як вищий пізнавальний процес. Фізіологічна основа уяви.</p> <p>- Процеси, основні прийоми створення образів уяви (акцентування, гіперболізація, аглютинація, типізація, схематизація, аналогія).</p> <p>- Класифікація та види уяви: у зв'язку із застосуванням волі (активна, довільна; пасивна, мимовільна); залежно від характеру діяльності людини (продуктивна, творча; репродуктивна, відтворююча); за змістом (художня, технічна, наукова).</p> <p>- Функції уяви (уявлення дійсності в образах; регулювання емоційних станів; участь у довільній регуляції пізнавальних процесів і станів; формування внутрішнього плану дій).</p> <p>- Індивідуальні особливості уяви (широта, змістовність, сила, яскравість, повнота, стійкість, різносторонність, реалістичність, дієвість).</p> <p>- Уява та органічні процеси. Ідеомоторні акти. Уява і творчість. Роль уяви в різних видах діяльності (науковій, технічній, художній).</p> <p>- Поняття про емоції і почуття. Функції емоцій і почуттів.</p> <p>- Види емоцій: прості і складні, вроджені і набуті.</p> <p>- Види почуттів: моральні, інтелектуальні, естетичні.</p> <p>- Форми переживання емоцій і почуттів: афекти, настрої, стрес, пристрасті, потяги.</p> <p>- Емоційні стани (страх, тривога, сором, гнів, роздратування, радість та ін.)</p> <p>- Поняття про волю. Ознаки вольової поведінки.</p> <p>- Функції волі (спонукальна і гальмівна);</p> |
|--|--|--|--|---|

|  |    |   |   |    |   |
|--|----|---|---|----|---|
|  |    |   |   |    | <p>спрямовуюча і регулююча).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вольова регуляція поведінки: внутрішня і зовнішня. Внутрішній (інтернальний) та зовнішній (екстернальний) локус контролю.</li> <li>- Критерії вольової поведінки. Вольові дії (довільні і мимовільні). Простий і складно вольовий акт.</li> <li>- Основні фази (структура) складної вольової дії.</li> <li>- Потяг, бажання, хотіння як форми прояву волі.</li> <li>- Класифікація вольових якостей особистості: первинні (базальні) - сила волі, енергійність, наполегливість, витримка, сміливість тощо; вторинні (характерологічні) - хоробрість, рішучість, упевненість у собі, самоволодіння та ін.; третинні (морально-ціннісні) - відповідальність, принциповість, обов'язковість, ініціативність, діловитість та ін.</li> <li>- Розвиток та виховання вольової активності людини: позитивні та негативні вольові якості.</li> <li>- Поняття про увагу. Функції уваги.</li> <li>- Види уваги: мимовільна і довільна, післядовільна; безпосередня й опосередкована; чуттєва, інтелектуальна, моторна.</li> <li>- Форми уваги: зовнішня і внутрішня; колективна, групова, індивідуальна.</li> <li>- Властивості уваги: спрямованість, зосередженість, стійкість, тривалість, концентрація, інтенсивність, коливання, розподіл, переключення, обсяг, широта, активність.</li> </ul> |
| <p>ТЕМА 5.<br/><i>Психологічні закономірності спілкування і взаємодії людей.</i></p> | 28 | 4 | 4 | 20 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поняття про спілкування. Взаємне сприйняття і розуміння.</li> <li>- Роль першого враження у виникненні психічного контакту. Взаємна оцінка та взаєморозуміння.</li> <li>- Соціальна та психологічна функції спілкування.</li> <li>- Засоби спілкування: мова і мовлення в психічному розвитку людини.</li> <li>- Невербальні засоби спілкування, їхня роль у професійній діяльності.</li> <li>- Види мови і мовлення: монологічне, діалогічне; усне, письмове; внутрішнє, зовнішнє.</li> <li>- Елементи мови і мовлення.</li> <li>- Функції мови і мовлення: експресивна, змістова.</li> <li>- Функції спілкування: регулювання спільної діяльності; пізнання і формування свідомості людини; самовизначення індивіда.</li> <li>- Форми спілкування: анонімне; функціонально-рольове; педагогічне.</li> <li>- Ефективність та стилі спілкування («спільна творчість», «дружня прихильність», «загравання», «залякування», «дистанція», «менторський»).</li> </ul>  |
| <p>ТЕМА 6.<br/><i>Психологія міжособистісного</i></p>                                | 28 | 4 | 4 | 20 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сприймання і розуміння людьми один одного як аспект міжособистісного спілкування.</li> <li>- Функції спілкування (комунікативна, перцептивна, інтерактивна).</li> </ul>  |

|   |  |  |  |   |
|---|--|--|--|---|
| <p><i>спілкування.<br/>Особистість у<br/>групі.</i></p> |  |  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Взаємний вплив та пізнання у процесі міжособистісного спілкування.</li> <li>- Типові труднощі і техніка міжособистісного спілкування.</li> <li>- Кризи і конфлікти в житті людини.</li> <li>- Класифікація груп у психології.</li> <li>- Рівні соціально-психологічного розвитку груп.</li> <li>- Референтні групи й особистість.</li> <li>- Проблема конформізму і нонконформізму.</li> </ul> |
|---|--|--|--|---|

### **Формування програмних компетентностей:**

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти мають досягти таких результатів навчання:

#### ***1) загальні компетентності:***

***ЗК 3.*** Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу.

***ЗК 11.*** Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

***ЗК 15.*** Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

#### ***1) фахові компетентності:***

***СК 6.*** Здатність діяти соціально відповідально і свідомо.

***СК 9.*** Здатність працювати в команді та налагоджувати міжособистісну взаємодію при вирішенні професійних завдань.

***СК 11.*** Здатність створювати та організовувати ефективні комунікації в процесі управління.

***СК 14.*** Розуміти принципи психології та використовувати їх у професійній діяльності.

***СК 15.*** Здатність формувати та демонструвати лідерські якості та поведінкові навички.

#### ***Програмні результати навчання:***

***ПРН 14.*** Ідентифікувати причини стресу, адаптувати себе та членів команди до стресової ситуації, знаходити засоби до її нейтралізації.

***ПРН 15.*** Демонструвати здатність діяти соціально відповідально та громадсько свідомо на основі етичних міркувань (мотивів), повагу до різноманітності та міжкультурності.

***ПРН 16.*** Демонструвати навички самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним.

## Політика оцінювання

Передбачає дотримання принципів доброчесності (Стаття 42 Закону України "Про освіту") та студентоцентрованого підходу.

<https://naqa.gov.ua/%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C/>

## Оцінювання

Оцінювання якості знань студентів здійснюється відповідно до:

1. Положення ЛДУФК ім. Івана Боберського про організацію освітнього процесу:

<https://www.ldufk.edu.ua/files/Nauka/Naukova%20robota/osv.%20proces.%202020.%20zaversh.pdf>

2. Робочої програми: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/17626>.

3. Порядку оцінювання:

<https://www.ldufk.edu.ua/files/Nauka/Naukova%20robota/osv.%20proces.%202020.%20zaversh.pdf>

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Базова

1. Лекції з педагогічної психології: навчальний посібник / М. М. Заброцький, Ю. Г. Шапошникова. Херсон: Грінь, 2017. 144 с.
2. Матвійчук Т. Ф. Психологія : навч.-метод. посіб. / Матвійчук Т. Ф. - Львів : Галич-Прес, 2018. - 76 с.
3. Прасол Д. В., Литвиненко І. С. Вікова та педагогічна психологія: мультимедійний навчально-методичний посібник. Миколаїв: Арнекс, 2016. 150 с.
4. Рубінштейн С. Л. Основи загальної психології / С. Л. Рубінштейн. – Х. : Видавництво «Навчальна книга» 2015. – 272с.
5. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. 3- те вид., перероб., допов. К. : ВЦ «Академія», 2017. 368 с.
6. Савчин М. В. Здатності особистості: монографія / Мирослав Савчин. – К.: Академвидав, 2016. – 288с. – (Серія «Монограф»)
7. Седих К. В. Основи психотерапії : навч.посіб. /. [К. В. Седих,. О. О. Фільц,. В. І. Банцер та ін.] ; за ред. К. В. Седих, О.О. Фільца. – К. : Академвидав, 2016. – 192 с.

### Додаткова література

1. Айзенк Г. Ю. Проверьте свои интеллектуальные способности. - Рига, 1992.
2. Блейхер В.М., Бурлачук Л. Ф. Психологическая диагностика интеллекта и личности. - К.: Вища школа, 1979.
3. Бодалев А. А. Восприятие человека человеком. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1965. - 123 с.



4. Болтівець С. І., Бастун Н. А., Васьківська С. В. та ін. Практична психологія. Методи вивчення особистості. - Вип. І. - Суми: «Мрія», 1992.
5. Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика личности. — К., 1989.
6. Годфруа Ж. Что такое психология. : В 2-х т. — М., 1992
7. Загальна психологія: практикум / Укладач З. В. Огороднійчук. — К, - 2004. - 195с.
8. Занюк С. Психологія мотивації та емоцій. — Луцьк, 1997.
9. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. — К., 1998.
10. М'ясоїд П. А. Загальна психологія. Навч. посіб. — К.: Вища школа. — 276 с.
11. Немов Р. С. Психология. Общие основы психологии. — Кн. 1. — М.: Просвещение. Владос, 1994. — 576 с.
12. Немов Р. С. Психология. Психодиагностика. — Кн. 3. — М., 1993.
13. Общая психология. Учебник для студентов пединститутов / Под ред. А. В. Петровского. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Просвещение, 1986.
14. Основи психології .: Підручник /За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. - 4-е вид., стереотип. — К.: Либідь, 1999. — 632 с.
15. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теории и исследования. - М., 2000.
16. Петровский А. В. Психология о каждом и каждому о психологии. - 2-е изд., исправ. и доп. - М.: Изд-во РОУ, 1996. - 328 с.
17. Психологія. Підручник / За ред. Ю. Л. Трофімова. - К.: Либідь, 1999.- 558 с.
18. Середа В. Ю. Вчись мислити логічно. — К., 1989.
19. Скрипченко О., Долинська Л., Огороднійчук З. та ін. Загальна психологія: Навч. посіб. — К.: «А.П.Н.», 1999 — с. 463.
20. Солсо Р. Л. Когнитивная психология. — М., 1996.
21. Фрейд З. Психология «Я» и защитные механизмы. — М.: Педагогика, 1992.
22. Шостак В. І. Природа наших відчуттів. — К., 1989.
23. Юсупов И. М. Психология взаимопонимания. — Казань, 1991.
24. Ярошевский М. Г Психология в XX столетии. — М., 1974.

### **Інформаційні ресурси**

1. Законодавство України. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua>
2. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. – Режим доступу: [www.nbuv.gov.ua](http://www.nbuv.gov.ua)
3. Репозитарій ЛДУФК. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
4. Базова та допоміжна література розміщена в електронній бібліотеці на інтернет-ресурсі: [www.psytopos.lviv.ua](http://www.psytopos.lviv.ua) <http://www.psy.msu.ru>, <http://psylib.kiev.ua/>; [www.psychology.net.ru](http://www.psychology.net.ru); [www.openweb.ru](http://www.openweb.ru); [www.myword.ru](http://www.myword.ru) <http://lib.pu.if.ua>. – Сайт наукової бібліотеки Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника.
5. <http://hklib.npu.edu.ua/>- Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова.
6. <http://www.koob.ru/>- електронна бібліотека «Куб».
7. <http://upsihologa.com.ua/>- портал професійних психологів України «У психолога».