

КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

КАФЕДРА КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Психологія дозвілля та рекреації

Освітній рівень II (магістерського) рівня вищої освіти / III (освітньо-науковий) рівень
(назва рівня вищої освіти)

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки /
C Соціальні науки, журналістика та інформація
(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність 053 Психологія / C4 Психологія
(код й найменування спеціальності)

Освітня програма Клінічна психологія / Психологія забезпечення ментального здоров'я
/ Психологія


Розробник: Катерина МІЛЮТІНА, доктор. психол. наук, професор кафедри соціальної психології

Робоча програма затверджена
на засіданні кафедр

клінічної психології та соціальної психології


протокол № 10 від 23 червня 2025 року

Завідувач кафедри
клінічної психології


(підпис)

Ірина ЛИСЕНКО
(ім'я та прізвище)

Завідувач кафедри
соціальної психології



(підпис)

Дар'я ТРОФІМОВА
(ім'я та прізвище)

Розглянуто на засіданні Ради якості вищої освіти

протокол № 5 від 30 червня 2025 року

Голова РЯВО


(підпис)

Наталія ЗАВ'ЯЗКІНА
(ім'я та прізвище)

ВСТУП

Робоча програма освітнього компонента «Психологія дозвілля і рекреації» розроблена на основі Методичних рекомендацій до розроблення і оформлення робочої програми освітньої компоненти, затвердженої Вченою Радою Київського інституту сучасної психології та психотерапії від 22 лютого 2024 року, протокол №7.

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Статус освітнього компонента – вибіркового.

Обсяг освітнього компонента – 3.0 кредити ЄКТС.

Семестровий контроль – залік

Мета, завдання освітньої компоненти.

Метою вибіркового освітнього компонента «*Психологія дозвілля та рекреації*» є вивчення проблем психологічного супроводу дозвілевої діяльності. Програма дисципліни розкриває основні категорії дозвілевої діяльності: дитячі та підліткові табори відпочинку, арттерапія тощо. Велика увага приділяється творчості в процесі дозвілля та рекреації: творчість в Інтернет мережі, образотворче мистецтво, психологія літературної творчості, соціальні танці і хореографія, мистецтво кулінарії у вигляді проведення ділових рольових ігор, тренінгових вправ, проектів власних комерційних підприємств, творчих письмових робіт та мультимедійних презентацій.

Завданнями освітнього компонентає:

- Сформуванню системне розуміння теоретичних основ психології дозвілля і рекреації.
- Навчити застосовувати методи організації дозвілля та ресурсування осіб в різних умовах;
- Формування навичок самоаналізу, саморегуляції та стресостійкості українського населення;
- Сформуванню розуміння та навчити дотримуватися етичних стандартів у практиці психологічного консультивання та організації дозвілевих практик.

Результати навчання здобувачів за освітнім компонентом

Після завершення вивчення освітнього компонента здобувачі вищої освіти здатні:

1. Пояснювати теоретичні засади психології дозвілля і рекреації, їх місце в системі психологічних і міждисциплінарних знань.
2. Аналізувати психологічні функції дозвілля і рекреаційної діяльності в контексті розвитку особистості, збереження психічного здоров'я та підвищення якості життя.
3. Інтерпретувати мотиваційні, емоційні та соціальні чинники вибору дозвіллевих і рекреаційних практик різними віковими та соціальними групами.
4. Оцінювати вплив дозвілля і рекреації на психоемоційний стан, стресостійкість, відновлення ресурсів та психологічне благополуччя особистості.
5. Виявляти індивідуальні відмінності та психологічні потреби у сфері дозвілля з урахуванням віку, способу життя та соціального контексту.
6. Застосовувати психологічні знання для планування, організації та оцінювання дозвіллевих і рекреаційних програм.
7. Аналізувати кейси та практичні ситуації, пов'язані з дозвіллевою та рекреаційною діяльністю, з використанням сучасних психологічних підходів.
8. Розробляти рекомендації щодо використання дозвілля і рекреації як ресурсу профілактики емоційного вигорання та психологічних розладів.
9. Дотримуватися принципів професійної етики та інклюзивності у роботі з різними групами населення у сфері дозвілля і рекреації.
10. Аргументувати значення дозвілля і рекреації як чинника гармонійного розвитку особистості та соціальної інтеграції.

2. ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Структура навчальної дисципліни. Тематичний план занять.

№ п/п	Назва теми	Кількість годин		
		лекції	Практичні	самостійна робота
<i>Тема 1. Дозвілля споживацьке</i>				
1	Психологія читача та глядача	2		6
2	Психологія подорожей і подорожніх	2		6
3	Шопинг, психологічне значення речей	2		6
4	Комп'ютерні та азартні ігри. Психологічні та трансформаційні ігри.	2		6
5	Практика переключення уваги. Майндфулнес.	2	1,5	6

<i>Тема 2. Дозвілля творче.</i>				
6	Образотворче мистецтво. Арт-терапія.	2		6
7	Психологія літературної творчості. Наративна терапія	2	1,5	6
8	Соціальні танці і хореографія. Тілесна та танцювальна терапія.	2		6
9	Мистецтво кулінарії	2		6
<i>Тема 3. Дозвілля на природі</i>				
10	Дитячі та підліткові табори відпочинку.	2		6
11	Хортікультура	2		2
	Наукове дослідження		2	
	Залік		1	
	ВСЬОГО	22	6	62

Тема 1. Дозвілля споживацьке

Лекція 1. Психологія читача та глядача. Цілі і сенси читання. Типи тексту. Темний, світлий, веселий, сумний, красивий та складний тексти. Читацький та глядацький діапазон. Принципи і методи бібліотерапії. Типи читачів. Розвиток читацької культури. Проблема розуміння літературного твору. Герменевтика в роцесі читання.

Лекція 2. Психологія подорожей і подорожніх. Подорож як проща. Туристичні подорожі і розвиток сучасного туризму. Психологічне значення подорожей. Подорож до себе. Конструювання віртуальних подорожей. Віртуальна подорож як самопізнання. Шлях і пошук “Свого місця”. Мотив “Напис на стіні”. Мотив “Чарівний магазин”, мотив “Стани води”. Робота з мотивами в терапії. Показання та протипоказання.

Лекція 3. Шопинг, психологічне значення речей. Зміна ставлення до речей в зв'язку з індустріалізацією. Проблема перевиробництва та переспоживання. Стимуляція споживацького попиту. Речі як показник статусу. Речі як спосіб самовираження. Концепції гедонізму та аскетизму. Шопоголізм як психологічна проблема. Дослідження ставлення клієнта до речей, саморозкриття через речі. Вправи “Вцілілі речі”, Робота з психологічним станом клієнта. Техніка “Одяг і костюм”.

Лекція 4. Комп'ютерні та азартні ігри. Психологічні та трансформаційні ігри.

Ігрова діяльність в дитинстві та дорослості. Функція гри в житті людини. Ознаки азартної гри. Нейробіологічні моделі азартної гри. Комп'ютерна гра як модель людської діяльності. Командні комп'ютерні ігри. Комп'ютерні тренажери та симулятори. Психологічні ігри. Варіанти психологічних ігор.

Принципи створення гри. Приклади різних психологічних ігор. Використання настолок в процесі реабілітації.

Лекція 5. Практика переключення уваги. Майндфулнес. Майндфулнес – практика усвідомленості. Свідоме зосередження уваги на теперішньому моменті. Техніки дихання. У вправах на релаксацію та усвідомленість дихання часто виступає в ролі якоря. Під час практики можна спостерігати за проявами. Які відчуття виникають у тілі. Які органи чуття задіяні у даний момент. Зір. Слух. Нюх. Яким є емоційний стан. Якими є ваші думки. Завтосування майндфулнес для рекреації та реабілітації.

Література

1. Манілов І.Ф. Психотерапевтична подорож наодинці: особливості реалізації / І.Ф. Манілов // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2020. – Т. XI Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 21 – С. 220-246.

2. Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю. Психологія дозвілля та рекреації : навчальний посібник / [авт. кол. : Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю.] – ГО «МНГ», 2022. — 304 с. : рис., таблиці / Online-видання.

3. Пащенко С.Ю. Підготовка соціальних педагогів до організації освітньо-дозвілдової діяльності учнівської молоді: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04. "Теорія і методика професійної освіти" / Пащенко Світлана Юріївна. - Запоріжжя, 2000. - 23 с.

Тема 2. Дозвілля творче.

Лекція 6. Образотворче мистецтво. Арттерапія. Проблеми терапії творчим самовираженням, що окреслені інтегративно-особистісним підходом методологічного постулювання, зокрема синтезом складових концепцій: емоційно-стресова психотерапія (В.Рожнов, М.Бурно); арттерапія, психодинамічна АРТ; гуманістична АРТ; синтетична психотерапія В.Кречмера; позитивна психотерапія Н. Пезешкяна; еклектична тощо; а також ознайомити з психотехнічним інструментарієм, методами організації та проведення психологічної роботи (за вищезгаданим напрямом) із клієнтами із межовими станами, «дефензивними пацієнтами»

Лекція 7. Психологія літературної творчості. Наративна терапія. Історії в роботі групи підтримки. Живі бібліотеки. Історії по колу і наративи при свідках. Казкові історії та казки інсценізації. Історії покоління. Незавершені історії. Наративи та арттерапія. Історії, які розповідає тренер. Аналіз травми при прослуховуванні текстів клієнтів. Аналіз ранніх дитячих спогадів. Аналіз сновидінь. Наративна експозиційна терапія. Робота з травмуючими спогадами. Ресурсні історії і «принцип гамбургера». Історії супергероїв. Життя в інших обставинах. Історії про старість

Лекція 8. Соціальні танці і хореографія. Тілесна та танцювальна терапія. Усвідомлення дихання. Поліпшення дихання як способу справлятися зі стресом і тривожністю. Робота з тілесними блокуваннями. Тілесно-орієнтована терапія допомагає клієнтам ідентифікувати та прибирати тілесні блокування. Блокування які можуть виникнути внаслідок травм чи емоційних конфліктів. Емоційне регулювання. Навички емоційного регулювання через роботу з фізичними проявами емоцій. Покращення управління стресом та тривожністю.

Лекція 9. Мистецтво кулінарії. Буденна, святкова та ритуальна їжа.

Література:

1. Мілютіна К.Л., Голота Катерина, Терещенко Крістіна Вплив танцю на психоемоційний стан людей під час війни. Theoretical foundations of pedagogy and education: collective monograph / Kazachiner O., Boychuk Y., Halii A. – etc. – International Science Group. – Boston : Primedia eLaunch, 2022. 602 p.

2. Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю. Психологія дозвілля та рекреації / [авт. кол. : Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю.] – ГО «МНГ», 2022. — 304 с.

3. Мілютіна К.Л. Яценко А.О. Уявлення про власне тіло в осіб, що займаються соціальними танцями. Науковий журнал «Габітус». 2021, вип. 29

Тема 3. Дозвілля на природі

Лекція 10. Дитячі та підліткові табори відпочинку. Історія таборів відпочинку. Скаутський рух. Літній табір є, з одного боку, формою організації вільного часу дітей різного віку, статі, з іншого - простором для оздоровлення як фізичного, так і морального, розвитку художньої, технічної, соціальної творчості дитини. Дитячий табір - вид дитячого відпочинку. Інфраструктура дитячо-юнацького відпочинку в Україні. Розробка нових підходів до проектування та реконструкції морально та фізично застарілих дитячих таборів. Психологічна складова табору. Планування табірної розкладу.

Лекція 11. Хортикультура. Дослідження особливостей та приклади проектування та будівництва центрів для реабілітації та відновлення здоров'я в природному оточенні. Необхідність створення таких центрів, де пацієнти можуть одночасно працювати над своїм відновленням та насолоджуватися природним середовищем. Позитивний вплив на психологічний стан людини. Основні елементи архітектури рослинних центрів. Створення сприятливих умов для людей, які перебувають у складних життєвих ситуаціях, та залучення природи до процесу відновлення та лікування. Реабілітаційний центр, ландшафтне середовище, відновлювальний центр.

Література

1. Риндюк С.В., Стасюк Р.В. Архітектурно-планувальне рішення дитячих таборів: зб. матеріалів L наук.-техн. конф. підрозділів Вінницького національного технічного університету (2021), м. Вінниця, 10-12 березня 2021 р. Вінниця, 2021. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-fbtegp/all-fbtegp-2021/paper/view/12192/10121>

2. Інформаційно-методичний збірник матеріалів щодо оздоровлення та відпочинку дітей в Україні [на допом. організаторам оздоровл. дітей]. Київ, 2002. – 120 с.

3. ДСанПіН 5.5.5.23-99. Улаштування, утримання і організація режиму діяльності дитячих оздоровчих закладів. [Чинний від 26квітня 1999 року]. Вид. офіц. Київ : Мінрегіонбуд України, Київ, 1999. 12 с.

4. Кузнєцов А.М. Дитячий оздоровчий табір: психологічний аспект діяльності: навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закладів. Кіровоград: 2004. – 128 с.

5. Koko Auwalu, F., Nwabunwane Oluigbo, S. (2016). Built environment for rehabilitation: case studies of selected juvenile rehabilitation centers in Nigeria. Journal of design and architectural environment. Vol. 16, issue 2. P. 15–29. URL: <https://doi.org/10.22452/jdbe.vol16no2.3> (date of access: 06/04/2023).

6. Palsdottir, Anna Maria. (2014). The role of nature in the rehabilitation of individuals with stress-related psychiatric disorders. Doctoral Dissertation, Swedish University of Agricultural Sciences, Journal of the Swedish Agricultural University. No. 45. URL: https://pub.epsilon.slu.se/11218/1/palsdottir_a_140522.pdf (access date: 04/06/2023).

7. Salin, E. (2015). Use of natural rehabilitation to restart the stopped rehabilitation process in persons with mental illnesses related to stress. International Journal of Environmental and Health Research. Vol. 12, No. 2. P. 1928–1951. URL: <https://doi.org/10.3390/ijerph120201928> (date of access: 04/06/2023).

8. Stigsdotter, U. (2005). Landscape architecture and health: evidence-based design and planning that promote health. URL: <http://epsilon.slu.se/200555.pdf> (access date: 04/06/2023).

Теми практичних (семінарських) занять освітньої компоненти

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Дозвілля споживацьке	
	Практичне 1. 1. Створіть презентацію «Моя ідеальна подорож» (до 10 слайдів). 2. Знайдіть книгу або фільм, де в основі сюжету є подорож героя. Які трансформації особистості проживає герой? 3. Розробіть туристичний маршрут на 2 дня для військовослужбовців та членів їх родин (вік дітей від 5 років).	1,5

	4. Розробіть план заняття з ландшафтотерапії на 3 години з групою осіб, які переживають вікову кризу.	
2	Тема 3. Психологія літературної творчості. Наративна терапія. Практичне 2. Проведіть консультацію з клієнтом за допомогою технік наративної терапії (тих, що будуть відповідати цілі консультації). Опишіть консультацію за схемою: <i>Проблема клієнта. Ціль клієнта. Ціль психологічна. Метод. Протокол бесіди. Результат.</i>	1,5
	Наукове дослідження Проведення наукового дослідження впливу будь-якої рекреаційної технології на психоемоційний стан людини. Кількість респондентів не менше 30 осіб. Побудова дослідження – вимірювання показників з 2 методиками, застосування рекреаційної технології (детальний опис як саме), повторне вимірювання, підрахунок розбіжностей за статистичними критеріями.	2
Разом		5

Самостійна робота освітньої компоненти

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	<p align="center">Тема 1. Дозвілля споживацьке</p> <p>1. Підберіть книжки (фільми) для студентів психологів на канікулах. 2. Підберіть книжки (фільми) для студентів психологів в період сесії? 3. Що б ви порекомендували особам з тривожними станами? 4. Які книжки (фільми) були б доречними для підлітків, що потерпають від конфліктів з батьками? 5. Проаналізуйте методи стимулювання попиту на прикладі української та японської реклами. 6. Створіть рекламну відеопрезентацію максимально непотрібного товари або послуги. На які мотиви споживання вона орієнтована?</p> <p><i>Література</i></p> <p>1. Манілов І.Ф. Психотерапевтична подорож наодинці: особливості реалізації / І.Ф. Манілов // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології</p>	27

	<p>імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2020. – Т. XI Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 21 – С. 220-246.</p> <p>2. Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю. Психологія дозвілля та рекреації : навчальний посібник / [авт. кол. : Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю.] – ГО «МНГ», 2022. — 304 с. : рис., таблиці /</p> <p>3. Сисоєва М. Є. Організація літнього відпочинку дітей : навч.-метод. посіб. / М. Є. Сисоєва. – М. : Гуманит. вид. центр "ВЛАДОС", 1999. – С. 95–97.</p> <p>4. Телішевська Л. Фанфіки: форми і методи роботи / Дивослово. – 2013. – №7-8. – С. 26-27.</p> <p>5. Титаренко Т. М., Лепіхова Л. А. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді: Науково-методичний посібник. – К. : Міленіум, 2006. – 204 с.</p> <p>6. Тихоненко С., Маньківська Д. Створення фанфіків на уроках літератури як один із засобів розширення читацької свідомості учнів // Зарубіжна література в школах України. – 2013. – № 3. – С. 8–11. 3. Інтернетресурс: Режим доступу: urnitin.com</p>	
2	<p style="text-align: center;">Тема 2. Дозвілля творче.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Створіть відеопрезентацію про одну з музичних субкультур. 2. Продумайте та обґрунтуйте ідею «ідеальної релаксаційної комп'ютерної гри». 3. Знайдіть найкращу комп'ютерну гру для командоутворення. 4. Розробіть програму психологічного супроводу для учасників змагань з кіберспорту. 5. Спробуйте зробити мультфільм на тему «Психологічна консультація». 6. Зніміть серію відео для Тік-ток на тему «Навчання на психологічному факультеті». 7. Створіть «психологічний портрет» улюбленого героя фентезі або манги. 8. Заплануйте рольову гру по якомусь літературному твору з метою командоутворення компанії з 15 ІТ спеціалістів. 9. Оцініть рекреаційний потенціал настільних ігор: «Мафія», «Каркасон», «Манчкін». <p>Література.</p> <p>7. Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю. Психологія дозвілля та рекреації : навчальний посібник / [авт. кол. : Мілютіна К. Л.,</p>	24

	<p>Пащенко С. Ю.] – ГО «МНГ», 2022. — 304 с. : рис., таблиці /</p> <p>8. Пащенко С.Ю. Підготовка соціальних педагогів до організації освітньо-дозвілєвої діяльності учнівської молоді: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04. "Теорія і методика професійної освіти" / Пащенко Світлана Юріївна. - Запоріжжя, 2000. - 23 с.</p> <p>9. Петренко О. С. Субкультури рольовиків і реконструкторів в Україні / О. С. Петренко // Вісн. Луган. нац. ун-ту ім. Т. Шевченка. Соціол. науки. - 2012. - № 2. - С. 126-133.</p> <p>10. Пшук Н.Г., Стукан Л.В., Сінгаєвська О.В. Використання Майндфулнес-технік при тривожних розладах. Український вісник психоневрології. 2017. № 25(1). С. 150–151.</p> <p>11. Радзієвський В.О. Сучасні музичні субкультури у контексті субкультурології// УКРАЇНСЬКА КУЛЬТУРА: минуле, сучасне, шляхи розвитку Випуск 18, 2012 Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету Том 1.</p>	
	<p style="text-align: center;">Тема 3. Дозвілля на природі.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Який варіант танцювальної або спортивної рекреації сприяє розвитку толерантності до невизначеності? Обґрунтуйте вашу думку. 2. Створіть та запишіть хореографічну композицію на тему «психолог та клієнт». 3. Створіть та запишіть хореографічну композицію на тему «Професійний розвиток психолога». 4. Проаналізуйте образ «вегана» в Інтернет просторі. 5. Створіть сценарій власного психологічно-кулінарного шоу. 6. Самостійно розробіть ігрову оболонку за мотивами знайомого вам літературного твору. 7. Зробіть модифікацію ігрової оболонки «Курс практичної магії» з розрахунку на сімейний 10 денний табір. 8. Розробіть ігрову оболонку для модуля вашого власного тренінгу або корекційної програми. 9. Розробіть сценарій власної психологічної гри. <p><i>Література.</i></p> <p>12. Докаленко А. Особливості організації оздоровлення та відпочинку дітей: закордонний досвід// Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2019, № 5 (89)</p>	11

	<p>13. Заїка І.В. Тренінг «Роль організаційної культури закладів освіти у зниженні впливу соціальної напруженості на педагогічних працівників». Організаційна психологія. Економічна психологія. 2018. № 3(14). С. 27–41.</p> <p>14. Конончук Д. І. Формування тимчасового колективу в оздоровчому таборі як соціальна необхідність виховної роботи з дітьми.// НАУКОВІ ЗАПИСКИ НДУ ім. М. ГОГОЛЯ Психолого-педагогічні науки. – 2017. – № 3</p> <p>15. Левчук Я. М. Соціальний вимір музичних субкультур// Нова педагогічна думка. 2017. № 4 (92)</p>	
Разом		62

3. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Технічні засоби та обладнання: екранні (електронні презентації, віртуальні зали для відпрацювання практичних навичок), комп'ютерні (комп'ютери, планшети, освітні платформи, електронні бібліотеки).

Програмне забезпечення: системне ПЗ (операційні системи, драйвери, програми статистичної обробки даних SPSS, Jamovi), освітні платформи (LMS) для дистанційного навчання, керування курсами (Moodle, Zoom, Google тощо).

4. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Курс буде викладений у формі лекцій (22 год.) та практичних практичних занять (6 год.), організації самостійної роботи студентів (62 год.).

Під час викладання дисципліни використовуються наступні методи навчання: вербальні (лекція, пояснення), наочні (ілюстрація, демонстрація, приклад), практичні (аналіз кейсів, виконання практичних завдань, індивідуально-практичних робіт, тестів), а також інтерактивні техніки та методики.

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА РЕЙТИНГОВА СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання освітнього компонента є:

Методи поточного контролю: Проводиться з метою оцінювання результатів навчання протягом семестру і включає систематичний моніторинг навчальних досягнень здобувачів. Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять у формі виконання практичних завдань, розв'язання кейсів, проходження тестів та активної участі в обговореннях, в обсязі навчального матеріалу, визначеному для кожного заняття.

- *практичні задачі* (у письмовій роботі студенту необхідно показати і теоретичні знання, і вміння застосовувати їх для розв'язування конкретних задач, психологічних проблем);
- *наукове дослідження*

Методи підсумкового контролю: Проводиться з метою оцінювання результатів навчання наприкінці семестру, відповідно до навчального плану у вигляді семестрового заліку, в терміни, встановлені графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою дисципліни.

- *самостійна робота* (оцінюється під час поточного контролю теми),
- *виконання умов академічної дисципліни* (оцінюється під час поточного контролю теми),
- *контрольний тест* (набір стандартизованих завдань з визначеного матеріалу, який встановлює ступінь засвоєння його студентами);

Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю:

Практичні задачі 1 Максимальна оцінка за виконання практичного завдання становить 10 балів.

Критерії оцінювання практичного заняття №1

Критерій оцінювання	Зміст критерію	Макс. бал
Повнота виконання завдання	Виконано всі чотири пункти практичного заняття	2
Змістовність та аналітична глибина	Аргументованість, логічність, глибина аналізу трансформацій	3
Практична спрямованість	Реалістичність маршруту та заняття, врахування цільових груп	2
Структура та логіка подання	Послідовність викладу, чітка організація матеріалу	2
Якість оформлення та подання	Мовна грамотність, візуальна якість відео, дотримання вимог	1

Разом		10
-------	--	----

Практичні задачі 2 Максимальна оцінка за виконання практичного завдання становить 10 балів.

Підсумок оцінювання

Компонент	Макс. бал	Критерій оцінювання
Проблема клієнта	2	-проблема сформульована коректно, зрозуміло, без оцінних суджень — 2 бали -проблема окреслена частково або надто загально — 1 бал -проблема не визначена або некоректна — 0 балів
Цілі (клієнтська психологічна)	2	-чітко розмежовано ціль клієнта та психологічну ціль, вони узгоджені — 2 бали -цілі сформульовані, але без чіткого розмежування — 1 бал -цілі відсутні або некоректні — 0 балів
Метод	2	-метод відповідає цілям консультації, обґрунтований — 2 бали -метод обраний, але без чіткого пояснення — 1 бал -метод не відповідає цілям або не визначений — 0 балів
Протокол бесіди	3	-логічна послідовність етапів, використано техніки наративної терапії — 3 бали -протокол поданий, але з порушенням логіки або поверхневим описом — 2 бали -фрагментарний або формальний опис — 1 бал -протокол відсутній — 0 балів
Результат	1	-результат чітко сформульований, відповідає цілям — 1 бал -результат не визначений або некоректний — 0 балів
Разом	10	

Практичне 3. Наукове дослідження

Оцінюється від 20 до 40 балів в залежності від якості роботи.

Максимальна кількість балів: від 20 до 40 балів в залежності від якості роботи (менше 20 балів- робота потребує доопрацювання).

1. Актуальність і наукове обґрунтування теми — 5 балів

тема актуальна, чітко визначена, обґрунтована сучасними науковими джерелами — 5

актуальність доведена частково — 3–4

обґрунтування поверхневе — 1–2

відсутнє — 0

2. Мета, завдання, гіпотеза дослідження — 5 балів

мета, завдання та гіпотеза чітко сформульовані й взаємопов'язані — 5

наявні всі елементи, але з незначними недоліками — 3–4

сформульовано частково — 1–2

відсутні або некоректні — 0

3. Вибірка дослідження — 5 балів

кількість респондентів ≥ 30 , чітко описані критерії відбору — 5

кількість дотримана, але опис вибірки неповний — 3–4

кількість < 30 або слабкий опис — 1–2

вибірка не відповідає вимогам — 0

4. Методики дослідження (не менше 2х) — 13 балів

обрано дві валідні методики, описано показники та інтерпретацію — 13

методики підбрані коректно, але опис обмежений — 9–12

використано 1 методику або без обґрунтування — 2–8

методики відсутні або некоректні — 0–1

5. Опис рекреаційної технології — 12 балів

детальний, структурований опис застосування технології (тривалість, умови, етапи) — 12

опис достатній, але без деталізації окремих елементів — 8–11

загальний опис без конкретики — 2–7

опис відсутній — 0–1

Форма підсумкового семестрового контролю:

Контрольний тест. Тест включає 10 питань, які орієнтовані на глибоке засвоєння матеріалу, що вивчається. Час виконання тестового завдання – 20 хв. Максимальна сума 40 балів (**4 бали:** за кожен правильну відповідь).

Оцінювання окремих видів навчальної роботи

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Поточне оцінювання		
Практична задача 1, 2	10	20
Наукове дослідження	40	40
		60
Підсумкове оцінювання з формою контролю залік		
Контрольний тест	40	40

Сума балів	100
------------	-----

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Для оцінювання результатів навчання застосовується 100-бальна шкала оцінювання.

Сума балів	Оцінка ECTS	Національна оцінка	
		Екзамен	Залік
90-100	A	Відмінно	зараховано
82-89	B	Дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)	
74-81	C	Добре (в загальному правильна робота з певною кількістю грубих помилок)	
64-73	D	Задовільно (непогано, але зі значною кількістю недоліків)	
60-63	E	Задовільно (задовольняє мінімальні критерії)	
35-59	FX	Незадовільно (із можливістю повторного складання)	не зараховано
1-34	F	Незадовільно (із обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	

6. ОРІЄНТОВНИЙ ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Зміна ставлення до речей в зв'язку з індустріалізацією.
2. Проблема перевиробництва та переспоживання.
3. Стимуляція споживацького попиту.
4. Речі як показник статусу.
5. Речі як спосіб самовираження.
6. Концепції гедонізму та аскетизму.
7. Шопоголізм як психологічна проблема.
8. Дослідження ставлення клієнта до речей, саморозкриття через речі.
9. Комп'ютерні та азартні ігри.
10. Психологічні та трансформаційні ігри.
11. Ігрова діяльність в дитинстві та дорослості.
12. Функція гри в житті людини.
13. Ознаки азартної гри.
14. Нейробіологічні моделі азартної гри.
15. Комп'ютерна гра як модель людської діяльності.
16. Командні комп'ютерні ігри.
17. Комп'ютерні тренажери та симулятори.
18. Психологічні ігри.
19. Варіанти психологічних ігор.

20. Принципи створення гри.
21. Приклади різних психологічних ігор.
22. Використання настолок в процесі реабілітації.

7. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Підручники:

1. Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю. Психологія дозвілля та рекреації / [авт. кол. : Мілютіна К. Л., Пащенко С. Ю.] – ГО «МНГ», 2022. — 304 с. : рис., таблиці /

Навчальні посібники:

1. Діагностика, терапія та профілактика медико-психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах: метод. Рекомендації. - Харків, 2014.
2. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я – Київ ІНКОС, 2002 – 272 с.

Методичні роботи:

5. Манілов І.Ф. Психотерапевтична подорож наодинці: особливості реалізації / І.Ф. Манілов // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2020. – Т. XI Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 21 – С. 220-246.
6. Риндюк С.В., Стасюк Р.В. Архітектурно-планувальне рішення дитячих таборів: зб. матеріалів І наук.-техн. конф. підрозділів Вінницького національного технічного університету (2021), м. Вінниця, 10-12 березня 2021 р. Вінниця, 2021. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-fbtegp/all-fbtegp-2021/paper/view/12192/10121>
7. Інформаційно-методичний збірник матеріалів щодо оздоровлення та відпочинку дітей в Україні [на допом. організаторам оздоровл. дітей]. Київ, 2002. – 120 с.
8. ДСанПіН 5.5.5.23-99. Улаштування, утримання і організація режиму діяльності дитячих оздоровчих закладів. [Чинний від 26квітня 1999 року]. Вид. офіц. Київ : Мінрегіонбуд України, Київ, 1999. 12 с.
9. Кузнецов А.М. Дитячий оздоровчий табір: психологічний аспект діяльності: навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закладів. Кіровоград: 2004. – 128 с.
10. Мілютіна К.Л., Гарагуля А. Дослідження психологічних чинників індивідуального стилю харчування. Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки №4С.48-54 DOI 10.32999/KSU2312-3206
11. Мілютіна К.Л. Яценко А.О. Уявлення про власне тіло в осіб, що займаються соціальними танцями. Науковий журнал «Габітус». 2021, вип. 29
12. Мілютіна К.Л., Голота Катерина, Терещенко Крістіна Вплив танцю на психоемоційний стан людей під час війни. Theoretical foundations of pedagogy and education: collective monograph / Kazachiner O., Boychuk Y., Halii A. – etc. – International Science Group. – Boston : Primedia eLaunch, 2022. 602 p.
13. Мілютіна К.Л., Мокроусова А.А. Потенціал впливу гри в настільні ігри на показники когнітивних здібностей та прийняття рішень. Проблеми сучасної

психології: науковий журнал. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2022. No 2 (25). С. 51-60

14. Мілютіна К.Л., Садівнича Н. Меми як стратегія подолання війни. ROMIĘDZY Polonistyczno-Ukrainoznawcze Studia Naukowe 2022, nr 2 (5), ss. 21–26

15. Salin, E. (2015). Use of natural rehabilitation to restart the stopped rehabilitation process in persons with mental illnesses related to stress. International Journal of Environmental and Health Research. Vol. 12, No. 2. P. 1928–1951. URL: <https://doi.org/10.3390/ijerph120201928> (date of access: 04/06/2023).

16. Stigsdotter, U. (2005). Landscape architecture and health: evidence-based design and planning that promote health. URL: <http://epsilon.slu.se/200555.pdf> (access date: 04/06/2023).

Інформаційні ресурси:

1. Кризова психологія [Електронний ресурс] – Режим доступу:
<https://mpclinic.com.ua/services-ua/psykholohiia/kryzova-psykholohiia/>
2. <https://npa-ua.org/>
3. <https://upa.org.ua/>
4. <https://www.efpa.eu/>
5. <https://www.apa.org/pubs/databases/psycinfo>
6. <https://iaapsy.org/>
7. <https://viam.com.ua/clean-language-and-epistemological-metaphor/>