

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ ИМЕНИ
П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

На правах рукописи

Ал Арджа Мохаммед Али Мохаммед (ИОРДАНИЯ)

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЮНЫХ
СПОРТСМЕНОВ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА
(НА ПРИМЕРЕ ФУТБОЛА И ХОККЕЯ)**

13.00.04 – теория и методика физического
воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры (психологические науки)

Д и с с е р т а ц и я
на соискание ученой степени кандидата
психологических наук

Научный руководитель –
доктор медицинских наук,
доцент Родыгина Ю.К.

Санкт-Петербург - 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	С. 5
ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ	15
1.1 .Психологические особенности спортивной деятельности	15
1.2 .Проблема психолого-педагогического сопровождения в детско- юношеском спорте	21
1.3 .Психологическая характеристика возрастных периодов в условиях спортивной деятельности характерных для детско- юношеского спорта	29
1.4 .Психологическая подготовленность и специфика командных видов спорта (на примере футбола и хоккея)	35
ГЛАВА 2. МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА	49
2.1. Эмпирическая база исследования	49
2.2.Методы исследования и его организация	50
ГЛАВА 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЯ КОМАНДНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА	56
3.1. Специфика сенсомоторных реакций у детей 6-7 лет занимающихся хоккеем	56
3.2. Специфика сенсомоторных реакций у детей 6-7 лет занимающихся футболом	59
3.3. Особенности развития психических процессов у юных	63

спортсменов командных видов спорта

3.4. Взаимосвязь психологических особенностей юных спортсменов командных видов спорта с успешностью психологической подготовленности 65

ГЛАВА 4. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЙ В СИСТЕМЕ «ТРЕНЕР-ЮНЫЙ СПОРТСМЕН-РОДИТЕЛИ СПОРТСМЕНА» 69

4.1. Особенности отношения тренера по хоккею к вопросам спортивного обучения и воспитания юных спортсменов 6-7 лет 70

4.2. Особенности отношения тренера по футболу к вопросам спортивного обучения и воспитания юных спортсменов 6-7 лет 73

4.3. Особенности отношения родителей к занятиям детей командными видами 76

4.4. Психолого-педагогическое сопровождение юных спортсменов в командных видах спорта 81

4.5. Апробация психокоррекционной программы юных спортсменов командных видов спорта (на примере футбола и хоккея) 89

Заключение 95

Практические рекомендации 97

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 99

Список иллюстративного материала 129

ПРИЛОЖЕНИЯ 131

Приложение А. Алгоритм анкетного опроса экспертов для выявления отношения тренера к психологической подготовленности юного спортсмена 131

Приложение Б. Анкеты для родителей и тренеров юных спортсменов 133

Приложение В. Пример протоколов компьютерного обследования 137

юных спортсменов

Приложение Г. СКАЗКОТЕРАПИЯ (пример примененной психокоррекции) 140

Приложение Д. Примерные темы образовательного семинара для тренеров юных спортсменов занимающихся командными видами спорта 146

Приложение Е. Акты внедрения 147

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Рост спортивных результатов в настоящее время все больше определяется психологической подготовкой спортсменов.

Проблема психологической подготовки и психической подготовленности в зависимости от специфики вида спорта, становится все более актуальной поскольку резервы человеческой психики - одна из надежд на дальнейшее повышение спортивных достижений и снижение продолжительности сроков подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Психологическое сопровождение – это сложное комплексное образование, которое включает в себя систему профессиональной деятельности тренера и психолога, направленную на создание условий для успешной спортивной деятельности, становления и развития личности спортсменов (команд). Для этого используются такие методы, как: психодиагностика, психологический отбор, психорегуляция, психокоррекция, психологическое консультирование, психологический контроль.

Психологической подготовке в спортивной деятельности в настоящее время придаётся особенно большое значение в трудах специалистов в сфере науки о спорте (Платонов В.Н., Кузнецов В.С. и др.), а также в работах спортивных психологов (Пуни А.Ц. Горбунов Г.Д., Бабушкин Г.Д., Киселев Ю.Я., Родионов В.А. и др.)

Психологическая подготовка является процессом практического применения определенных средств и методов, направленных на создание психологической готовности спортсмена. К основным компонентам психологической подготовленности спортсмена относятся свойства личности (характер, темперамента, мотивация личности и т.д.), психические процессы и функции (ощущения, восприятия, особенности внимания, памяти и мышления), а также стабильные и положительные психические состояния.

В детские и подростковые годы происходит развертывание свойств нервной системы, а к юношескому возрасту завершается формирование типа нервной системы. Для правильной организации психолого-педагогических воздействий в спортивной деятельности важно учитывать степень зрелости нервной системы, а также особенности функционирования основных нервных процессов, обусловленных возрастом (Ильин Е.П. Психология спорта: учеб. пособие. М. [и др.] : Питер 2012 ; Ловягина А.Е., Ильина Н.Л., Волков Д.Н. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата. М. : Юрайт, 2016. 531 с.).

Под психологической подготовленностью понимается уровень развития комплекса психических качеств и психологических свойств спортсмена, от которых зависят эффективное и надежное выполнение спортивной деятельности в экстремальных условиях (Психологическая подготовка спортсменов : учебно-методич. пособие / Сост. А.М. Ахатов, И.В. Работин. КамГАФКСиТ, 2008. 56 с.).

С практической точки зрения для тренера юных спортсменов по командным видам спорта чрезвычайно важно понимать возможности повышения спортивной результативности игроков с опорой на уровень их психологической подготовленности.

Основными задачами в психологическом обеспечении подготовки юных спортсменов, на первых годах занятия спортом являются: формирование мотивации; развитие психомоторных качеств, как основы общей двигательной культуры; развитие сферы психических процессов (внимания, памяти, мышления); знакомство с соревновательным процессом; отбор наиболее перспективных юных спортсменов (Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. Краснодар, КубГУФКСТ, 2008. 220 с.).

Проблема повышения эффективности организации психологической подготовки за счет использования возможностей формирования личности спортсменов выступает одной из важнейших задач, стоящих как перед детско-юношеским спортом, так и спортом высших достижений (Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности : моногр. / [Л.Г. Уляева, Е.В. Мельник и др.] ; под общ. ред. Л.Г. Уляевой. М. : Издатель Мархотин П.Ю.,

2014. 236 с.).

Современная спортивная наука остро нуждается в психолого-педагогических исследованиях возможностей спортивных игр в качестве эффективных средств физического воспитания учащихся и студентов, являющихся альтернативой негативным влияниям гиподинамии, городского образа жизни, компьютерной зависимости, вредным привычкам, и др.

Изучение возможностей детско-юношеского спорта в качестве эффективного средства физического воспитания учащейся и студенческой молодежи особенно важно как для западных развитых стран так и для стран арабского мира. Необходимость научно обоснованных методов психолого-педагогического сопровождения спортивной деятельности детей средствами и методами современных спортивных игр определяет актуальность данного исследования.

Гипотеза исследования. Предполагается, что в результате комплекса мер по психолого-педагогическому сопровождению, включающему анализ отношений к обучению и воспитанию тренера и родителей юного спортсмена, а также целенаправленной программы психокоррекции детей группы начальной подготовки в командных видах спорта улучшается уровень развития психических процессов (внимания, памяти, сенсомоторных реакций) и повышается психологическая подготовленность юных спортсменов.

Теоретическая значимость данного исследования определяется обогащением научно-практических знаний, теории и методов современной психологии спорта применительно к организации игровых видов детско-юношеского спорта. В теоретических аспектах данного исследования мы исходили из понимания взаимной обусловленности в тренерской деятельности целей и задач двигательного обучения и спортивного воспитания юных спортсменов, что соответствует методологии психологии спорта, опирающейся на принцип «единства сознания и деятельности личности» (Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии : учеб. пособие для высш. пед. учеб. заведений и ун-тов. М. :

Учпедгиз, 1946. 704 с. ; Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. М. : Мысль, 1965. 573 с. ; Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л. : Изд. ЛГУ, 1968. 339 с. ; Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта. М. : Физкультура и спорт, 1959. 308 с. ; Психологическая подготовка спортсмена : сб. работ ин-тов физ. культуры / под ред. П.А. Рудика, А.Ц. Пуни. М. : Физкультура и спорт, 1965. 176 с.).

Уточнены дифференциальные различия в параметрах сенсомоторных процессов у юных спортсменов в командных видах спорта. Дополнены знания в области особенностей функционирования психических процессов у детей в процессе занятия командными видами спорта.

Установлены приоритеты в области психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов 6-7 лет в командных видах спорта. Разработана и апробирована программа по психолого-педагогическому сопровождению юных спортсменов 6-7 лет в командных видах спорта.

Практическая значимость исследования. Результаты исследования способствуют пониманию спектра психолого-педагогических проблем детско-юношеского спорта, решению вопросов комплексного психологического сопровождения детей занимающихся командными видами спорта.

Знание специфики развития сенсомоторных и психических процессов у детей 6-7 лет в условиях спортивной деятельности открывает пути для совершенствования способов психологического отбора и дальнейшей селекции игроков в командных видах спорта (хоккей, футбол).

Результаты исследования проблемы психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов занятых командными видами спорта совершенствует решение целого ряда проблем взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен-родители спортсмена».

Результаты исследования были внедрены на базе кафедры психологии НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург и практическую деятельность спортивных специалистов кафедры футбола НГУ им. П.Ф. Лесгафта (приложение Е).

Научная новизна исследования. Новым в представленном исследовании является комплексный подход психолого-педагогического сопровождения юных

спортсменов 6-7 лет занимающихся командными видами спорта (на примере хоккея и футбола).

Впервые выявлены сравнительные особенности сенсомоторики и уровня развития психических процессов детей 6-7 лет занятых командными видами спорта, а также проведен анализ взаимосвязей данных показателей со спортивной успешностью.

В результате дифференцированного изучения отношения тренеров командных видов спорта к спортивному обучению и воспитанию детей 6-7 лет выявлена специфика педагогического воздействия при занятиях хоккеем и футболом.

Впервые систематизированы результаты изучения отношения родителей юных спортсменов к занятиям своих детей (применительно к командным видам спорта).

Разработана и апробирована психокоррекционная программа психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов занимающихся командными видами спорта.

Объект исследования – психологическая подготовка в командных видах спорта.

Предмет исследования – психолого-педагогическое сопровождение юных спортсменов 6-7 лет в командных видах спорта (на примере футбола и хоккея) с анализом отношений тренеров и родителей юных спортсменов к вопросам обучения и воспитания; уровень развития психических процессов (внимание, память, сенсомоторные реакции); психокоррекция в условиях спортивной подготовки юных спортсменов командных видов спорта.

Цель исследования – разработать и апробировать психокоррекционную программу для психолого-педагогического сопровождения детей группы начальной подготовки в командных видах спорта (на примере футбола и хоккея) и на этой основе повышения их психологической подготовленности.

Задачи исследования:

1. Выявить особенности сенсомоторики, свойств нервной системы и их взаимосвязь с успешностью психологической подготовленности у юных спортсменов командных видов спорта.

2. Оценить особенности психических процессов и их взаимосвязь с успешностью психологической подготовленности у юных спортсменов командных видов спорта.

3. Определить психолого-педагогические отношения тренеров командных видов спорта к спортивному обучению и воспитанию юных спортсменов

3. Изучить отношение родителей к регулярным занятиям детей командными видами спорта

4. Разработать и апробировать психокоррекционную программу для юных спортсменов занимающихся командными видами спорта.

Методы исследования. В работе были использованы теоретические методы научного исследования: анализ и обобщение данных литературы.

Метод сбора данных исследования производился адекватно поставленным целям, возрасту детей и проводился с помощью комплекса стандартизированных компьютерных программ Effecton Studio: на выявление особенностей сенсомоторных особенностей: реакция на движущийся объект (РДО) (тест «Каскадер»); теппинг – тест (тест «Дятел») – определение типа нервной системы; на выявление уровня развития психических процессов - объем внимания (тест «Разведчик»), объем образной памяти.

Также был использован анкетный опрос:

- 7-балльная шкала успешности психологической подготовки спортсмена
- Опрос тренеров командных видов спорта (авторская анкета)
- Опрос родителей юных спортсменов (авторская шкала).

На этапе разработки и апробации программы психологического сопровождения юных спортсменов использовался констатирующий и формирующий

эксперимент.

Статистический анализ данных осуществлялся с использованием пакета статистических программ Statistica, v 7.0.

Эмпирическая база исследования.

Всего в соответствии с различными задачами исследования обследовано 125 человек.

В исследовании приняли участие 40 юных спортсменов командных видов спорта (хоккей, футбол) в возрасте 6-7 лет (мальчики). Контрольная группа - 14 детей возраста 7 лет, учащихся общеобразовательной школы, не занимающиеся спортом.

Для выявления специфичных психологических особенностей указанная выборка была разделена группы в зависимости от вида спорта: группа юных хоккеистов - 22 человека; группа юных футболистов - 18 человек.

В анкетировании приняли участие:

- 30 тренеров (мужчины, от 25 до 38 лет) по командным видам спорта (хоккей, футбол);
- 30 родителей детей занимающихся командными видами спорта.

Женщины - 32,3%, возраст от 24 до 37 лет;

Мужчины – 67,7%, возраст от 27 до 47 лет.

Организация и этапы исследования.

Исследование осуществлено согласно плану обучения автора диссертации – араба, уроженца Иордании, в очной аспирантуре кафедры психологии НГУ им.П.Ф Лесгафта в период 2011-2015 гг. Сбор эмпирических данных осуществлен автором в летне-осенний сезон 2013-15 гг. Обработка, анализ, апробация эмпирических материалов, публикация результатов исследования, подготовка текста диссертации на русском языке осуществлены автором при поддержке и консультациях преподавателей кафедры психологии, биомеханики, футбола, хоккея.

Этапы исследования: теоретико-методологический этап заключался в

проведении анализа проблемы психолого-педагогического сопровождения в детско-юношеском спорте, анализа существующей научной литературы по теме исследования; проведения обоснования методов, запланированных для проведения эмпирического исследования.

Эмпирический этап проводился согласно выполнению целей и задач исследования.

Положения, выносимые на защиту:

1. Особенности сенсомоторной сферы юных спортсменов командных видов спорта как предиктор развития сложнокоординационных способностей отличаются лучшим развитием в сравнении с детьми не занимающимися спортом. При этом для юных хоккеистов наиболее важным для успешности психологической подготовленности является показатель реакции на движущийся объект, а для юных футболистов тип нервной системы. Показатель образной памяти юных футболистов характеризующий возможность фиксации и определенных образов и комбинаций происходящих на игровом поле в процессе тренировок и соревнований напрямую связана с оценкой их психологической подготовки.
2. Положительная динамика психологических показателей юных спортсменов командных видов спорта достигнутая по параметрам время реакции на движущийся объект и объема внимания в сопоставлении с ростом из психологической подготовленности ($p \leq 0,01$), свидетельствует об эффективности применения психокоррекции у юных спортсменов командных видов спорта и возможности достижения более высокого уровня спортивной результативности посредством тренинга сферы психических процессов.
3. Для тренеров юных спортсменов командных видов спорта приоритетным является когнитивный и дидактический подход в обучении, в то же время дефицитарным остается психологический аспект подготовки, юных спортсменов. Воспитательные стратегии тренеров юных спортсменов командных видов спорта отличаются разнообразием, при этом тренеры по

футболу более ориентированы на индивидуальный подход к воспитанию юного спортсмена, а тренеры по хоккею в воспитании делают акцент на повышение взаимодействия с родителями юного хоккеиста.

4. Высокий уровень родительских притязаний относительно успешности юных спортсменов командных видов спорта, и в школе и в спорте, требует дополнительного психологического наблюдения и необходимости психолого-педагогических мероприятий с родителями юных спортсменов. Представленная программа психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов командных видов спорта позволяет структурно и прицельно осуществлять психолого-педагогические интервенции, объединяет усилия педагогов – тренеров, родителей юных спортсменов и психологов в сфере спорта для повышения спортивной результативности юных спортсменов и последующего роста спортивного мастерства.

Апробация результатов исследования.

Апробация результатов исследования осуществлялась автором на заседаниях кафедры психологии НГУ им. П.Ф. Лесгафта, участием в научных конференциях аспирантов НГУ им. П.Ф.Лесгафта, в научно-практической конференции Верхневолжья (г. Тверь, 2012), в семинаре с футбольными тренерами в Иордании (г. Петру, 2012), научно-практической конференции в г. Воронеже (2013), в выступлениях на теоретическом семинаре Балтийской Педагогической Академии, в выступлении на международной Открытой региональной межвузовской конференции молодых ученых с международным участием «Человек в мире спорта», посвященной 70-летию Победы СССР в Великой Отечественной войне 18 мая – 03 июня 2015 г., а также в публикациях автора по итогам исследования. Список научных публикаций автора по теме диссертации представлен в библиографическом указателе к диссертации и в автореферате.

Личный вклад соискателя в подготовку и представление данной диссертации к защите выражается: в научном обосновании и согласовании на

кафедре психологии темы своего исследования в период 2011-2015 гг.; в разработке и обсуждении с научным руководителем и заинтересованными учёными программы диссертационного исследования; апробации опросных методик; в первичной обработке, анализе и обобщении полученных эмпирических данных по программе исследования; в написании и публикации статей по материалам исследования; в выступлениях на научно-практических конференциях с обзором результатов проведенного исследования; в написании первого варианта текста данной диссертации на арабском языке и перевода его на русский язык с консультациями и помощью научного руководителя, в представлении текста диссертации для обсуждения на кафедру психологии НГУ им. П.Ф. Лесгафта.

Достоверность и обоснованность полученных в исследовании эмпирических данных определяются использованием в исследовании общепринятых в эмпирической психологии методов и методик сбора первичных данных и стандартных статистических процедур их количественного анализа.

Структура диссертации.

Структура диссертации объемом 148 стр., включает введение, четыре главы, выводы, практические рекомендации, библиографический указатель использованной литературы на 281 источник, из них 265 на русском, 16 на английском, 15 на арабском (с переводом на русский) языках, 6 приложений. Текст диссертация иллюстрирован – 7 табл., 11 рис., 2 схемы. Приложение содержит психологические методики, примеры компьютерных заключений на отдельных респондентов, авторские анкеты опроса тренеров и родителей юных спортсменов командных видов спорта.

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ

1.1. Психологические особенности спортивной деятельности

Деятельность — это динамическая система взаимодействия субъекта с миром. В процессе этого взаимодействия происходит возникновение психического образа и его воплощение в объекте, а также реализация субъектом своих отношений с окружающей реальностью. Любой простейший акт деятельности является формой проявления активности субъекта, а это означает, что любая деятельность имеет побудительные причины и направлена на достижение определенных результатов. Побудительными причинами деятельности человека являются *мотивы* — совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности. Именно мотив, побуждая к деятельности, определяет ее направленность, т. е. определяет ее цели и задачи. Потребности и конкретные мотивы выступают не только в роли факторов, детерминирующих поведение и деятельность спортсменов, но и в роли резервных возможностей, которые могут усиливать или ослаблять деятельность, повышать или понижать работоспособность, тормозить или стимулировать энергетический потенциал соревнующихся спортсмена или спортивной команды в целом.

Деятельность является необходимым условием, в котором формируется личность, при этом она сама определяется и зависит от уровня развития личности, как субъекта деятельности.

У современного человека имеется множество различных видов деятельности, число которых примерно соответствует количеству имеющихся потребностей. Общими видами деятельности, соответствующими основным потребностям человека являются общение, игра, учение, труд. Отечественная психология одной из первых обратилась к изучению трудовой деятельности. Труды Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Б.Г. Ананьева, Б.Ф.

Ломова и др., посвященные рассмотрению общепсихологических проблем деятельности, заложили основы и развили представления о ее психологическом строении морфологии, структуре, механизмах регуляции и принципах изучения.

Отличительной особенностью спортивной деятельности является то что в ней возможно максимальное проявление психических и физических возможностей человека. Психические качества человека, а также личность в целом формируются в процессе любой спортивной деятельности. Наличие определенной специфики в этом виде деятельности отличает ее от других видов деятельности. Безусловно, важной гранью спортивной деятельности является высоко организованная двигательная активность человека, причем различные двигательные акты сами по себе и составляют необходимую часть спорта. (Психология физической культуры: учебник для факультетов физ. культуры / под ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. Сургут, 2014. 602 с.).

Спорт является особым видом деятельности (Серова Л.К. Психология личности в спорте. М. : Советский спорт, 2007. 116 с.). Ее целью является выявление предельных возможностей человека. Он сочетает в себе характеристики игровой, учебной и профессиональной деятельности, обладая ярко выраженной спецификой (Психология : учебник для техн. физ. культуры / Под ред. А.Ц. Пуни. М., 1984. 255 с.).

А.Ц. Пуни выделил ряд специфических особенностей для данного вида деятельности:

- в спорте происходит слияние объекта и субъекта деятельности;
- предметом спортивной деятельности является сам человек, который, в то же время, является объектом деятельности других людей;
- сущностью спорта является соревнование;
- для данного вида деятельности характерны интенсивные и длительные нагрузки;
- продуктом этой деятельности является спортивное достижение.

А.А. Крылов (Крылов А.А., Аллахвердов В.М. Психология : учебник. М. : ПРОСПЕКТ, 1998. 584 с.) добавляет еще следующие особенности спорта:

- спортивная деятельность распределена неравномерно во времени по нагрузкам, ответственности периодов и требованиям к спортсмену;
- спорт является одним из наиболее престижных и популярных видов деятельности.

Специфика спорта как особого вида деятельности состоит:

- в высочайшей мотивации, позволяющей подвергать себя многолетним ежедневным физическим и психическим нагрузкам с целью достижения победы на соревнованиях. Благодаря этой мотивации спорт стал своего рода естественной лабораторией человеческих возможностей. В основе возникновения этой мотивации – сопоставление своих результатов с достижениями других спортсменов, включенность спортсмена и команды в многовековые достижения физической культуры, ежедневное проникновение в тайнства человеческого организма, природы и техники, возможность реализации своих способностей и самоутверждения, а также познание мира, обеспечение дальнейших жизненных перспектив: личностных, материальных, образовательных;
- в совершенной, сложной и весьма точной координации движений, в чрезвычайной скорости двигательных актов. Эти превосходные качества движений достигаются благодаря развитию сенсомоторики, совершенствованию методик обучения, тысячекратному их исполнению в самых сложных условиях, а также благодаря совершенствованию технических средств обучения, страховки;
- в высочайших требованиях к волевым качествам спортсменов, в постоянном преодолении трудностей объективного и субъективного характера, в обилии стрессовых ситуаций и высокой ответственности за исход выступления;
- в зрелищности, привлекающей на стадионы и другие спортивные сооружения, к телеэкранам, в кинозалы многомиллионные массы людей, переживающих перипетии спортивных поединков, активно выражающих свои симпатии и антипатии спортсменам и командам. Эти зрелища несут в себе могучий эмоциональный заряд, влияющих на эмоциональную жизнь болельщиков.

Негативными сторонами спортивной деятельности являются довольно

высокая возможность психологического давления со стороны взрослых на юного спортсмена, с требованием достижения высоких результатов, а также использование только одного критерия межличностного критерия – спортивные достижения.

Спорт как профессиональная деятельность отличается от других профессий своей временной динамикой. В профессиональной карьере выделяют четыре этапа: подготовка, старт, кульминация и финиш. В среднем этап подготовки охватывает юношеский возраст, старт происходит в 23-30 лет, кульминация – в 30-45-50 лет, финиш – от 50 до 60-65 лет. В спорте же подготовка начинается в младшем школьном и дошкольном возрасте, а когда молодые люди только начинают входить в профессию, большинство спортсменов свою карьеру уже заканчивают.

Спортивная карьера – это многолетняя спортивная деятельность, нацеленная на высокие достижения и связанная с постоянным совершенствованием спортсмена в одном или нескольких видах спорта.

Особенности спортивной карьеры:

1. Более раннее начало «подготовки»
2. Относительно ранний «старт»
3. Относительно ранняя «кульминация»
4. Скачкообразный характер развития

Тренировки и соревнования чередуются равномерно и каждое соревнование – это маленький или большой «скачок». Спортивная карьера не всегда является профессиональной в смысле постоянного заработка, но всегда – в смысле профессионального отношения к делу. Для спортивной карьеры характерна относительная неопределенность момента ухода – его зависимость не столько от возраста, сколько от динамики спортивных результатов и многих других причин. У спортсмена есть возможность продлить свою спортивную карьеру за счет смены спортивного амплуа или вида спорта (Серова Л.К. Профессиональный отбор в спорте. М. : Человек, 2011. 160 с. ; Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры. СПб. :

Центр карьеры, 1999. 367 с.).

Далее следует рассмотреть условия, при которых спортивная деятельность происходит. Существуют оптимальные и экстремальные условия протекания деятельности. Если говорить об оптимальных условиях, то они характеризуют условия жизнедеятельности, в которых человек чувствует себя комфортно. При этом к экстремальным относятся условия деятельности, которые выходят за привычный круг оптимальности.

Перечислим следующие условия экстремальности деятельности:

- дефицит информации и ограниченности времени на ее обработку
- угроза стихийных бедствий
- развитие паники
- чрезмерные психические и физические нагрузки
- высокие напряжения в физической и эмоциональной сфере, при воздействии высоких скоростей и ускорений, вестибулярных нагрузок, перепадов барометрического давления, дыхания под воздействием избыточного давления
- гипокинезия и гиподинамия в длительном протекании
- неблагоприятные климатические условия: жара, холод, высокая влажность, недостаток кислорода
- наличие жажды, голода (Марищук, В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – Санкт-Петербург : Сентябрь, 2001. – 259 с. : ил. – Библиогр.: с. 255–257).

В условиях соревновательного процесса практически по всем видам спорта возникают экстремальные условия в виде чрезмерных психических и физических нагрузок, дефицит информации и ограниченности времени на ее обработку, неблагоприятные воздействия климата. Если говорить о других экстремальных факторах, перечисленных выше, то они могут встречаться так или иначе в разных видах спорта.

Также, во многих видах спорта и в том числе в рассматриваемых в данной работе (футбол, хоккей) есть постоянная угроза получения физической травмы и в ходе соревновательного процесса, и в ходе тренировочного процесса.

Возможность получения психической травмы в виде поражения – есть абсолютно во всех видах спорта (Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте / Л.К. Серова. – Москва : Человек, 2011. – 160 с.).

Таким образом, перечисленные выше факторы свидетельствуют об экстремальности спортивной деятельности, что в свою очередь повышает важность рассмотрения аспектов психологического сопровождения в детско-юношеском спорте.

Многие исследователи понимают спортивную деятельность как тренировочный и соревновательный процессы или сводят такую деятельность к так называемому спорту высших достижений, как спорту, ориентированному только на самые высокие достижения (Батрова О.Ф. Повышение соревновательной надежности фигуристов на основе учета их личностных характеристик : автореф. дис. ... канд. пед. наук Малаховка, 1992. 24 с. ; Брянкин С.В. Структура и функции современного спорта. М. : [б. и.], 1983. 72 с. ; Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. М. : Физкультура и спорт, 1983. 112 с. и др.). При этом деятельность спортсмена и тренера - это процесс обучения и тренировки, т.е. прежде всего педагогический процесс в котором выявляется познавательная активность и особенности эмоционально-волевой сферы личности спортсмена.

В процессе же соревнований активности и деятельности проявляются операционные аспекты, совершенствование которых объективно улучшает технику и тактику соответственно видам спорта. При таком подходе изучение спорта, на наш взгляд упускается психологическая составляющая спортивной деятельности. Помимо объективных условий деятельности есть еще и субъективные (индивидуальные) факторы спортивной деятельности, которые зависят от индивидуальности спортсмена, а также могут им же и регулироваться. К таким параметрам относятся: одаренность спортсмена, условия тренировки, особенности методики тренировки и личности тренера, влияние семьи, друзей, партнеров, соперников, судей, зрителей и других людей из социального окружения, и наконец, меру и характер собственной активности спортсмена. Все факторы субъективного, в данном случае в целях совершенствования

спортивного мастерства могут видоизменяться и совершенствоваться, составляя основу психолого-педагогического сопровождения спорта.

1.2. Проблема психолого-педагогического сопровождения в детско-юношеском спорте

В психологии спорта, как в отечественной и зарубежной науке, довольно долгое время присутствовала направленность исследований взрослых спортсменов на уровне спорта высших достижений. Так, детский спорт по мнению ряда ученых – это лишь подготовка к «большому спорту», при этом учет специфики данного направления способствует эффективному совершенствованию в спортивной карьере будущих чемпионов, а в обратном случае обуславливает текучесть детских спортивных коллективов и уход из спорта одаренных в этой области детей.

На этапе начальной специализации дети в определенном виде спорта впервые знакомятся с основами психологической подготовки. В одном случае психологическая подготовка юных спортсменов может ограничиваться формированием психологической готовности к соревнованиям. При этом выделяется ряд факторов, которые влияют на психологическую готовность юных спортсменов к соревновательной деятельности – мотивация, самооценка и состояние психомоторики. Во втором случае идет процесс воспитания с формированием и повышением ответственности юного спортсмена. Данные подходы во многом обозначены несовершенством программ детско-юношеских спортивных школ, которые во многом не учитывают возрастных особенностей изменения физических и практических без учета психологических особенностей возраста.

Существующие подходы к психологической подготовке в детско-юношеском спорте, особенно на начальном этапе спортивной карьеры не позволяют обеспечить гармоничное развитие юного спортсмена в должной степени.

Психологическое сопровождение в спорте – это сложное целостное образование, которое включает в себя систему профессиональной деятельности тренера и психолога, направленную на создание условий для успешной спортивной деятельности, становления и развития личности спортсменов (команд). К субъектам сопровождения относятся психологи, тренеры, администраторы, участвующие в этом процессе, причем на принципах сотрудничества личной и профессиональной ответственности. Объекты сопровождения – спортсмены и команды.

Принципы психологического сопровождения:

- ориентация на духовно-нравственные ценности общества
- непрерывность сопровождения на всех этапах спортивной подготовки
- системность, гибкость, последовательность
- конфиденциальность и реализация прав спортсмена
- индивидуальный подход
- ответственность субъектов за интерпретацию психодиагностической информации
- реалистичность (Ложкин Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум : учеб. пособие. Киев : Освіта України, 2011. 484 с.).

Психологические аспекты тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов часто остаются за пределами внимания тренера и администрации команд, особенно при работе с юными спортсменами. Причинами этого могут быть и неверие в психологию, негативный опыт общения с неквалифицированными психологами, некомпетентность в области психологии и ее возможностей в спорте и другое. Чаще всего тренер обращается за помощью к психологу, когда его воспитанники становятся взрослыми, приобретают высокий уровень спортивного мастерства, но дальнейшее их продвижение становится затруднительным или даже невозможным. В этой ситуации психологи не всегда могут оказать полезную помощь, так как упущено время. Проблематичным здесь являются прочно сформировавшиеся психологические стереотипы поведения

спортсмена в процессе спортивной деятельности.

Успешное решение задач в учебно-тренировочном процессе и подготовке спортсменов к соревнованиям невозможно без планомерного, своевременного и систематического психологического обеспечения спортивной деятельности. Поскольку психологическому фактору в спортивной деятельности придается важное значение (Вяткин Б.А. Избранные психологические исследования индивидуальности: теория, эксперимент, практика. Пермь : Книжный мир, 2005. 390 с. ; Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. М., 1983. 112 с. ; Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. М., 2006. 294 с. и др.), то учитывать его необходимо с первых лет занятий спортом.

К методам психологического сопровождения относятся:

Психодиагностика – исследование и оценка свойств субъекта спортивной деятельности, как индивидуальности в целях отбора и оценки степени готовности на разных этапах спортивной подготовки. Психодиагностика включает в себя оценку психических процессов (памяти, внимания, мышления, восприятия), психомоторики (скорости психических реакций, РДО, КЧСМ, и др.), психических свойств (темперамент, характер, уровень агрессивности, акцентуации личности), психических состояний (тревожность, активность, утомления и др.).

Психологический отбор – это организованная система мер диагностики и прогнозирования пригодности претендентов для занятий различными видами спорта, оценки степени готовности спортсменов к соревнованиям на различных этапах подготовки, а также комплектование команд. Различают отбор по готовности, по надежности, по перспективности.

Регуляция состояний и поведения – специально организованное воздействие на спортсмена, обеспечивающее реализацию программы спортивной деятельности.

Осуществляется в виде: *психорегуляции, психокоррекции, секундирования.*

Психологическое консультирование – вид психологической помощи, которую оказывает квалифицированный психолог спортсмену, тренеру, команде в оптимизации психических состояний, поведения, коммуникаций.

Психологический контроль – включает систематическую оценку состояния спортсмена, динамику развития его психических процессов, свойств и состояний.

Основой психологического сопровождения является психологическая подготовка, понимаемая как комплекс мероприятий по работе с психикой спортсмена и с физиологической основой психики – нервной системой спортсмена.

Целью психологического сопровождения спортсмена является содействие в достижении спортсменом высоких соревновательных результатов и при этом сохранение его психического здоровья. В детско-юношеском спорте наиважнейшей задачей при этом выступает гармоничное развитие личности юного спортсмена, его социальная адаптация на этапах спортивной карьеры (Уляева, Л.Г. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: монография / [Л.Г. Уляева, Е.В. Мельник и др.]; под общ. ред. Л.Г. Уляевой. – М. : Издатель Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.).

С позиций дифференцированного рассмотрения педагогического сопровождения в спорте уместно привести важные педагогические понятия в области сопровождения спортивной деятельности.

Спортивное обучение – организуемый тренером педагогический процесс вооружения спортсменов спортивными знаниями и техникой (способами) успешного выполнения физических упражнений в избранном виде спорта с целью подготовки и участия к соревнованиям. «Обучение заключается в том, чтобы использовать ранее накопленную культуру в целях социализации индивида» (Краткий словарь по социологии / под общ. ред. Д.М. Гришиани и Н.И. Лапина; сост.: Э.М. Коржева и Н.Ф. Наумова. М., 1988, С.195).

Спортивная обученность - качество личности спортсмена, проявляющееся в его двигательных умениях и навыках успешно выполнять физические упражнения на тренировках и в соревнованиях по избранному виду спорта (Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. М. : Физкультура и спорт, 1986. 208 с.).

Спортивное воспитание – «педагогический процесс формирования личности юных спортсменов средствами избранного вида спорта под

руководством специалиста-тренера». Воспитание в узком смысле слова - процесс целенаправленного и систематического формирования личности под воздействием социальных институтов (семья, учебный коллектив, спортивная команда). (Сурков Е.Н. Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях. М., 1996. С. 60).

Воспитательные воздействия – факторы, оказывающие формирующее влияние на восприятие и сознание учащихся с целью формирования знаний, умений, навыков и привычек нравственного поведения в общении и совместной деятельности в группах, коллективах, командах (Биспен Е.Р. Воспитание смелости и решительности в процессе спортивной тренировки футболистов 13-15 лет : дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1991. 171 с.).

Воспитуемость – свойство психики человека, проявляющееся в его восприимчивости к воспитательным воздействиям со стороны коллектива и членов общества - родителей, учителей, наставников, тренеров, руководителей.

Спортивная воспитанность – качество характера личности спортсмена, проявляющееся в его дисциплинированности, привычке к здоровому образу жизни, потребности в физических упражнениях и регулярной тренировке в избранном виде спорта.

На начальном этапе спортивной карьеры наиболее актуальны взаимоотношения, которые складываются в так называемом треугольнике «тренер-юный спортсмен-родители юного спортсмена». Интересными представляются данные В.К. Бальсевича, который обобщил материалы немецких средств массовой коммуникации, по которым 80% тренеров ограничивают участие родителей юных спортсменов в спортивной карьере их детей только оплатой расходов (Бальсевич В.К. Тренер и родители // Теория и практика физической культуры. 1995. № 10. С. 36). Более 50% тренеров – против вмешательства родителей в тренировочный процесс, а «идеальный родитель» по мнению тренеров – это тот, кто обеспечивает ребенку все необходимые бытовые условия, жертвует своим свободным временем и не больше.

Рассматривая данные исследований следует отметить, что процесс адаптации, к требованиям, которые выдвигает спортивная деятельность большую роль играют их родители. Поэтому одной из задач психологического сопровождения в детско-юношеском спорте это гармонизация в системе «тренер-юный спортсмен-родители юного спортсмена». Данная проблема по-прежнему малоизучена в системе детско-родительских отношений в спорте. При этом она во многом выступает фактором успешности ребенка в спорте. По данным Д.В. Петруняк, по мнению тренеров, наиболее негативными является поведение когда родители вмешиваются в тренировочный процесс, чрезмерно «давят» на ребенка, слишком его контролируют (тип неправильного воспитания в виде гиперопеки), напротив не поддерживают занятий ребенка спортом (Петруняк Д.В. Трудности взаимодействия в системе «тренер — спортсмен — родители спортсмена» с точки зрения тренера // Научные исследования и разработки в спорте: вестник аспирантуры и докторантуры. СПб., 2014. Вып. 22. С. 56–59.).

Профилактика неблагоприятных психических состояний юного спортсмена обязывает своевременно реагировать на компенсирующее, либо негативное отношение родителей юных спортсменов, а также преодоление безразличного отношения родителей к занятиям ребенком спортом. Направления такой работы должны строится по следующим пунктам:

- На начальном этапе спортивной карьеры занятия спортом должны быть направлены не на успех, а на общее развитие детей
- У ребенка есть право на собственный опыт поражений и удач
- Наиболее важна эмоциональная (социальная) поддержка ребенка, особенно при проявлении волевых качеств.

По мнению Г.Б. Горской основными задачами в психологическом обеспечении подготовки юных спортсменов, на первых годах занятия спортом являются: формирование мотивации; развитие психомоторных качеств, как основы общей двигательной культуры; развитие сферы психических процессов (внимания, памяти, мышления); знакомство с соревновательным процессом; отбор наиболее перспективных юных спортсменов (Горская Г.Б. Психологическое

обеспечение многолетней подготовки спортсменов Г.Б. Горская. Краснодар, КубГУФКСТ, 2008. 220 с.).

При этом автор выделил пять групп методов обеспечения психологической подготовки этапа начальной подготовки:

- 1) методы развития мотивации занятий избранным видом спорта;
- 2) методы развития навыков самоконтроля и формирования самооценки;
- 3) методы развития устойчивости внимания;
- 4) методы развития психомоторных способностей юных спортсменов;
- 5) методы развития помехоустойчивости.

Модель психологического сопровождения юных спортсменов, первоначально предложенная Н.Б. Стамбуловой (Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры. СПб. : Центр карьеры, 1999. 367 с.) и дополненная Е.Е. Хвацкой (1997) направлена в первую очередь на достижение спортивного результата, в широком смысле – на уровень общего развития ребенка. В ее основе отношение к юному спортсмену с позиции его собственного развития, в разных сферах в том числе и в спорте. Сама методика учитывает возрастно-половые особенности адаптации юных спортсменов к требованиям спорта и включает обязательное формулирование цели и задач конкретной психологической помощи юным спортсменам. Причем оформляются доминирующие виды и дополнительные виды психологической помощи и их эффективности.

Следующие принципы данной модели:

1. Гармоничное развитие юных спортсменов в условиях детского спорта содействует росту спортивных результатов.
2. Юный спортсмен - это субъект собственного развития спортивной карьеры и в целом жизни. Тренер и родители юных спортсменов при таком подходе оказывают социальную поддержку, создают благоприятные условия, реализуют возможности с учетом индивидуальных особенностей детей, без форсирования спортивной подготовки.

3. Юный спортсмен должен быть уверен, что его любят и принимают таким какой он есть, что помогает ему преодолеть трудности, внутренние конфликты, страхи и пр.
4. Получение удовольствия и радости от занятия спортом – вот залог его успеха и благоприятного развития.
5. Фактор успешности развития юного спортсмена очень важен и позволяет объединить воздействие тренера – родителей – юных спортсменов на успешное развитие последних.

В частных задачах данной модели сформулированы аспекты преодоления трудностей в тренировочном процессе, в соревнованиях, в адаптации к своему тренеру, в адаптации к спортивной команде, в эффективном сочетании занятий спортом и учебы, отношения родителей к занятиям спортом.

Авторами данной модели выявлены специальные эффекты от ее применения, которые проявились в прогрессирующих показателях интеллектуальных процессов и психомоторики юных спортсменов, росте удовлетворенности детей от занятия спортом, адекватности уровня притязаний и самооценки, позитивной динамикой социально-психологического климата спортивной команды, удовлетворенностью родителей от спортивных занятий их детей.

Проблема максимальной реализации человека в спорте заставляет искать пути для решения практических задач, которые несомненно связаны с раскрытием личностных ресурсов спортсменов в условиях решения противоречия между требованиями деятельности и потенциалом личности. При этом вектором усилий в максимально мягком разрешении этого противоречия является гармонизация характеристик личности будущего спортсмена и конкретных требований деятельности. При этом значимость психологической подготовки и психолого-педагогического сопровождения в детско-юношеском спорте выходит на центральные позиции во всей своей сложности и многоплановости. Именно в стратегии выявления индивидуально-психологических особенностей юных

спортсменов, еще стоящих в самом начале своей спортивной карьеры, определения сильных и слабых сторон их психической индивидуальности в согласовании с избранным видом спорта заключается успешная адаптация будущих чемпионов.

1.3. Психологическая характеристика возрастных периодов в условиях спортивной деятельности характерных для детско-юношеского спорта

Понятие возраста в психологии - это конкретно-историческая определенность, зависящая от уровня и характера развития общества. Существует свой подход в каждый исторический период к понятию возраста. Выделяют *хронологический возраст* – возраст отдельного человека, начиная от зачатия и до конца жизни. *Биологический возраст* – определяется состоянием обмена веществ и функций организма по сравнению со статистическим средним уровнем развития характерным для популяции данного хронологического возраста. Понятие о *психологическом возрасте* определяется путем соотнесения уровня психического (умственного, эмоционального) развития индивида с соответствующим среднестатистическим уровнем психического развития. Психологический возраст обозначает временные характеристики индивидуального развития и в отличие от хронологического возраста психологический возраст – это качественно новая ступень онтогенетического развития. Психологический возраст всегда опосредуется не только биологическими, но и социальными факторами. От того в каких социальных условиях оказывается ребенок, кто окружает и кто воспитывает, зависит уровень развития его интеллекта, эмоциональное развитие, мотивационные устремления и пр.

В России принята возрастная периодизация (Сидоров П.И., Парняков А.В. Клиническая психология : учебник. М. : ГЭОТАР- Медиа, 2008. 880 с.) :

- Период новорожденности – до 1 месяца

- Период младенчества – 1-12 месяцев
- Период раннего детства – 1-4 года
- Дошкольный период – 4-7 лет
- Младший школьный – 7-12 лет
- Подростковый период – 12-16 лет
- Ранняя юность – 16-19 лет
- Поздняя юность- 19-21 год
- Молодость (ранняя зрелость) – 21-35 лет
- Зрелость – 35-60 лет
- Первая старость (пожилой возраст) – 60-75 лет
- Старость (преклонный возраст) – 75-90 лет
- Долгожительство – старше 90 лет

Время, когда ребенок начинает заниматься спортом – дошкольный возраст.

Ведущая деятельность, т.е. деятельность, которая стимулирует психическое развитие - это игра, в процессе которой ребенок овладевает "фундаментальными смыслами человеческой деятельности", нормами отношений между людьми. Здесь же формируется такое новообразование возраста, как стремление к общественно значимой и общественно оцениваемой деятельности, что будет характеризовать и его готовность к начальному обучению, в том числе и к обучению спортивным навыкам. Основными задачами данного возраста являются: развитие символической функции и психического процесса воображения; развитие сферы мотивации; отработка социальных ролей; формирование основ нравственного поведения. В возрасте дошкольника сензитивностью обладает процесс развития воображения, причем для него характерна повышенная эмоциональность (воображаемые ситуации – как настоящие). В возрасте дошкольника примерно в 5 лет в мотивационной сфере разворачивается «стадия социального сравнения» и тогда уже дети начинают лучше понимать суть спортивных соревнований. Ребенок начинает стремиться заслужить одобрение взрослых, а также развивается самосознание (Кто Я? Как ко мне относятся окружающие?). В сюжетно-ролевых играх ребенок осваивает социальные роли, в которых он ведет себя как взрослый, роль которого он взял на себя. В этот период развития изменяется и социальная ситуация – появляются простейшие обязанности, ребенок вступает в разные взаимоотношения со сверстниками, появляется возможность систематического обучения, в том числе и в спортивной секции. С

четырёх лет у ребенка дошкольного возраста активно формируется двигательная сфера в процессе обучения, при этом наблюдается активная потребность в движении. Основные двигательные навыки у дошкольника сформированы (ползание, бросание, прыжки, бег, ходьба) однако в биодинамике конечностей наблюдается лишние колебания и неравномерности изменения скорости и ускорения, а это способствует быстрому утомлению, как при физических, так и при умственных нагрузках. Вместе с тем дошкольник быстро восстанавливается. В этом возрасте важен дифференцированный подход в процессе спортивного обучения и воспитания. Мальчики в возрасте 5-7 лет имеют лучшее скоростно-силовое развитие, а также общую выносливость, при этом у девочек лучше развита гибкость, предметная ловкость, равновесие и музыкально-ритмические движения (Матвеева, А. В. Формирование физической культуры личности детей старшего дошкольного возраста с учетом их половых различий : автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2008).

Младший школьный возраст характеризуется другой ведущей деятельностью - учением. В процессе учения совершенствуется память младшего школьника, усваиваются знания о предметах и явлениях внешнего мира, человеческих взаимоотношениях. Главными новообразованиями этого возраста являются произвольность психических явлений, способность формирования внутреннего плана действия, формирование рефлексии.

В развитии психических процессов младшего школьника преобладает образная память, наглядно-образное мышление, а также еще механический уровень запоминания. У детей 9-10 лет можно отметить развитие эмоционально-волевой сферы, которая проявляется в попытках сдерживания эмоций, импульсов, желаний, а также проявление настойчивости как волевой черты. Неравномерность развития психофизиологических процессов в зависимости от пола в этом возрасте особенно очевидна: девочки опережают мальчиков в среднем на год-полтора (Романова Е.В. Возрастная психология : учеб. пособие. СПб., 2003).

Межличностные отношения ребенка к товарищам определяются отношением к ним взрослых и в первую очередь учителей и тренера если младший школьник занимается спортом. Учитель в школе и тренер в спортивной школе –

непререкаемые авторитеты для ребенка, особенно в плане формирования мотивации, которая должна быть направлена на преодоление собственных трудностей в учебе и спорте. Самооценка у ребенка младшего школьного возраста еще неустойчива и во многом зависит от мнения взрослых (родителей, учителей, тренера).

Важным для детско-юношеского спорта является то что в этом возрасте у ребенка достаточно большой объем двигательных умений, при этом дети еще не способны предвидеть последствия своих действий, что может приводить к травмам, переломам и пр.

Достаточно высока в младшем школьном возрасте степень двигательной обучаемости, также начинают активно формироваться интересы и склонности к определенным видам активности в физическом плане и специфичность индивидуальных моторных проявлений (Грецов А. Г. Возрастные особенности развития педагогического взаимодействия в сфере физического воспитания : методич. пособие. СПб., 2009. Кн. 2. Младшие школьники).

Не малой проблемой для родителей и воспитателей младшего школьника является появление различных страхов. Этот период является сензитивным для их развития. Наиболее чувствительные, эмоциональные и самолюбивые дети больше всего подвержены страхам.

Важными аспектами обучения в процессе спортивной подготовки младшего школьника является сензитивность данного периода для развития координационных равновесие, быстрота и точность реагирования на сигналы, ориентация в пространстве и т.д.), а также кондиционных (скоростных, на гибкость, скоростно-силовых) способностей. В оценке действий в условиях учебно-тренировочной деятельности требуется сочетать сопоставление, нормативность и личностную оценку. Данный период возрастного развития соответствует возможности младшего школьника понимать влияние физических упражнений на различные системы организма, важно стимулировать познавательную активность юного спортсмена и поощрять его вопросы.

Подростковый возраст является наиболее сложным в психическом и соматическом аспекте периодом развития человека. Ведущая деятельность подростка — общение в системе общественно полезной деятельности, учебной или трудовой. В этом процессе подросток овладевает навыками общения в самых различных ситуациях. Важнейшими новообразованиями этого возраста являются формирование самооценки, стремление к "взрослости" и самостоятельности, умение подчиняться нормам коллективной жизни.

В юношеском возрасте на первое место в жизни и деятельности выходит учебно-профессиональная деятельность, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы.

На протяжении психического развития человека встречаются и являются нормативными возрастными психологические кризисы (кризис первого года жизни, кризис 7 лет, кризис подросткового возраста (пубертатный), кризисы развития зрелой личности, кризисы старости и др.) - это особые, относительно непродолжительные (до года) периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями. Для них характерно: размытость границ начала и конца кризиса; резкое обострение в середине возрастного периода; относительная трудновоспитуемость детей по сравнению с периодом стабильного развития; негативный, разрушительный характер поведения (Выготский Л.С. Собрание сочинений. М. : Педагогика, 1984).

До настоящего времени нет достаточных данных, которые бы полностью отражали психологический возраст, как характеристику индивидуальности человека. Причем несовпадение критических и сензитивных (чувствительных) возрастных периодов у разных авторов, изучавших особенности развития юных спортсменов, чаще объясняются тем, что используются разные подходы.

В развитии психических особенностей юных спортсменов наблюдаются определенные этапы преимущественного развития, характерные для конкретного качества. Так, возраст 13 – 14 лет считается сенситивным периодом для развития

таких качеств, как быстрота сенсомоторных реакций в наиболее простых вариантах ее проявлений, точность мышечно-двигательных дифференцировок, быстрота переключения внимания.

Возраст 15 – 16 лет является сенситивным периодом для развития быстроты и точности сенсомоторных реакций выбора, точности антиципирующей реакции, быстроты дифференцировки сложных пространственных характеристик воспринимаемых ситуаций, устойчивости внимания, быстроты и точности выполнения когнитивных операций.

Обобщение экспериментальных данных дает основание говорить, что к 15-16 годам у юных спортсменов завершается формирование большинства психомоторных качеств, особенно связанных с быстротой и точностью двигательных реакций, а также качеств, относящихся к перцептивной сфере (сфере ощущений и восприятия). Большинство специалистов отмечают этот возраст как сензитивный в развитии ряда психических качеств, причем в первой половине этого возраста преимущественное развитие получают качества психомоторной и перцептивной сферы, а во второй - интеллектуальной сферы. В возрасте 15-16 лет по существу завершается интенсивное функциональное развитие центральной нервной системы. Вместе с тем наблюдается повышенная возбудимость мозга, неуравновешенность нервных процессов, быстрая утомляемость нервных клеток и поэтому часто кажущуюся немотивированной быстрая смена настроений и поведения. Все это свидетельствует, с одной стороны, о безусловном положительном влиянии двигательной деятельности на развитие юных спортсменов 15-16 лет, а с другой стороны, о том, что это влияние представляет собой гетерогенный и гетерохронный процесс. Его эффект во многом зависит от своевременности специальных воздействий дозированных в соответствии с особенностями возрастного развития субъекта воздействия.

В 17-18 лет в основном формируются качества, относящиеся к когнитивной сфере и связанные с эффективностью решения оперативных задач. Следовательно, этот возраст уже можно назвать возрастом спортивного

совершенствования.

Таким образом, возрастные психологические особенности являются важнейшим фактором, от которого зависит эффективность организации и общего построения взаимодействия в процессе психолого-педагогического обеспечения в сфере физической культуры и спорта. Воздействие на подрастающую личность определенных факторов спортивной деятельности формирует не только физическое и телесное, но и разворачивает специфичный путь социализации юного спортсмена, при этом эффективность этого процесса зависит от того насколько ценности спорта совпадают с ценностями современного общества и личности. Учет возрастных аспектов развития психологических особенностей юных спортсменов открывает пути для раскрытия непознанных возможностей человека, но только при условии подходов научности и гуманности в спортивной деятельности.

1.4. Психологическая подготовленность и специфика командных видов спорта (на примере футбола и хоккея)

На каждом этапе многолетнего учебно-тренировочного и соревновательного процесса психологическая подготовка спортсменов имеет определенную специфику и рассматривается с точки зрения системы множества уровней, которые направлены на определение и формирование психомоторики и психических процессов, а также психоэмоциональных сторон личности спортсмена (Родионов, А.В. Практическая психология физической культуры и спорта / А.В.Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 160 с.; 192; Пуни, А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А.Ц. Пуни. – Москва : Физкультура и спорт, 1969. – 88 с.; Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. – Москва : Советский спорт, 2006. – 294 с.).

В подготовке юного спортсмена чрезвычайно важен аспект количественных оценок физической и технической подготовки, при этом не менее важным является оценка психологической подготовки. Для представителей различных видов спорта становятся характерными определенные сочетания психических свойств, процессов

и состояний личности, которые играют важную роль в обеспечении психологической подготовленности спортсменов (Бахвалов, В.А. Психологическая подготовка велогонщика / В.А. Бахвалов, А.Н. Романин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 63 с.; Богомолов, А.П. Психологическая подготовка гимнастов / А.П. Богомолов, К.С. Каракашьянс, Е.Г. Козлов. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 80 с.; Григорьянц, И.А. Проблема готовности к соревнованию в спорте / И.А. Григорьянц // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 4. – С. 37–38.)

Под психологической подготовленностью понимается уровень развития комплекса психических качеств и психологических свойств спортсмена, от которых зависят эффективное и надежное выполнение спортивной деятельности в экстремальных условиях (Психологическая подготовка спортсменов : учебно-методич. пособие / Сост. А.М. Ахатов, И.В. Работин. КамГАФКСиТ, 2008. 56 с.).

Воздействие спортивной деятельности на человека носит многоаспектный характер. Особенности и специфика нейродинамических и психодинамических свойств способствуют формированию индивидуального стиля спортивной деятельности. При этом между ними образуются такие взаимоотношения, которые во многом зависят от самой специфики определенного вида спорта, с наилучшими условиями адаптации человека к особенностям спортивной деятельности. Психологическая характеристика вида спорта необходима для создания методик диагностики и разработки эффективных методов воздействий на спортсмена в период его подготовки к старту.

Спортивные игры эволюционно сформировались на основе игровой деятельности, которая всегда была характерна для человека и занимающей важное место в его жизни. Если говорить о детском возрасте, то игра является ведущим видом деятельности, т.е. той деятельностью, которая развивает психику ребенка и готовит его к предстоящей жизни. При этом игра развивает и тело ребенка, совершенствует его координацию, силу и выносливость.

Спортивные игры, базирующиеся на соревнованиях со временем, выделились в отдельную группу – это игровые или командные виды спорта.

Спортивные игры – это большая группа видов спорта, которые имеют ряд

отличительных особенностей с психологической точки зрения. Это прежде всего наличие активно противодействующего соперника и высокая степень вариативности соревновательных ситуаций. В спортивной игре всегда есть специфичные правила, а также определенные соревновательные действия или приемы игры (техника). В ходе спортивной игры все время меняются условия, что для спортсменов создает условия оценки ситуаций, выбора конкретных действий, и это всегда в ситуации ограниченности времени.

Для успешности в спортивной игре у спортсмена должен быть большой набор технико-тактических действий, который бы давал возможность создать эффективность действий команды для достижения результата в условиях конфликтных ситуаций (Уляева Л.Г., Раднагуруев Б.Б. Проблема психологических проявлений индивидуальности в спортивной деятельности // Материалы Всероссийской научно-методической конф. «Современные технологии в спортивных играх» 12-15 окт. Омск, 2005. С.71–75).

Выделяют две группы спортивных игр: это – игры с непосредственной борьбой и соприкосновением с соперником и – игры без непосредственного соприкосновения с соперником (Спортивные игры и методика преподавания : учебник для пед. фак. ин-тов физ. культуры / Под ред. Ю.И. Портных. М. : Физкультура и спорт, 1986. 318 с.). К первой группе спортивных игр относится стремление овладеть мячом или шайбой и цель – направить их в ворота противника (футбол, гандбол, хоккей).

Для игр второй группы характерно смена владения мячом и стремление послать мяч на сторону соперника, чтобы игроки не смогли его отыграть (волейбол, теннис и др.). Выделяют также игры с поочерёдным и беспрепятственным выполнением ролей, отведённых каждой из соперничающих команд (городки, лапта, гольф).

В командных играх соревновательную деятельность ведет группа спортсменов и многое зависит от согласованности их действий, от самой формы организации действий спортсменов в процессе соревновательной деятельности с целью достижения победы над соперником. Выигрывает или проигрывает группа (команда) в целом, а не отдельные спортсмены. Спортивная команда является

такой же целостной спортивной единицей, как и спортсмен в индивидуальных видах спорта. Такая специфика командных игр определяет ряд требований к спортсменам, их взглядам, установкам, личностным качествам, характеру действий в состязании, а также групповой сплоченности и сыгранности.

Основным критерием эффективности соревновательной деятельности в соревновании в спортивных играх является победа над соперником, а также общее количество побед, которое определяет место команды в турнирной таблице всех участников.

В спортивных играх, как указывают специалисты проявляются и развиваются различные психические свойства:

- интеллектуальные, обеспечивающие прием и переработку информации, принятие решений;
- психомоторные, определяющие качество двигательных действий и операций субъекта;
- коммуникативные, направленные на взаимодействие с другими людьми;
- эмоциональные, влияющие на энергетику и экспрессивные характеристики деятельности;
- волевые, обеспечивающие преодоление возникающих препятствий;
- нравственные, определяющие мотивацию деятельности и соответствие целей, средств, результатов, определенным моральным нормам. (Методологические и теоретические проблемы психологии / отв. ред. Е.В. Шорохова. М. : Наука, 1969. 376 с. ; Педагогика физической культуры и спорта : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / С.Д. Неверкович [и др.] ; под ред. С.Д. Неверковича. М. : Академия, 2010. 336 с. ; Пиняева С.Е., Андреев Н.В. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости // Вопросы психологии. 1998. № 2. С. 3–10 ; Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта : учебник для вузов. М. : Академический проект; Фонд «Мир», 2004. 576 с. ; Сивицкий Г.В. Система психологического сопровождения спортивной деятельности. <http://www.psysport.by> (дата обращения 20.05.14).

Выявлена определенная взаимосвязь между особенностями личности и спортивной деятельностью, однако она выражена нечетко. В одном исследовании

изучали почти 2000 учащихся колледжей мужского пола, используя метод Кэттела, который позволял оценить 16 характерных особенностей (Schurr K.T., Ashley M.A., Joy, K.L. A multivariate analysis of male athlete personality characteristics: Sport type and success. *Multivariate Experimental Clinical Research*. 1977. 3, 53-68). Ни один из профилей личности не позволил выявить и идентифицировать спортсменов (членов университетских команд) от не спортсменов. Вместе с тем при разделении спортсменов по видам спорта были обнаружены некоторые различия. Например, по сравнению с не спортсменами спортсмены командных видов спорта демонстрировали: менее абстрактные суждения (объяснения); большую степень сосредоточенности на внешних предметах; зависимость и меньшую степень эгоизма.

Спортсмены, занимающиеся командными видами спорта, характеризуются большей степенью зависимости, экстраверсии и тревожности и менее выраженным воображением по сравнению со спортсменами, занимающимися индивидуальными видами спорта (Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. Киев : Олимпийская литература, 2001. 336 с.).

Определенный вид спорта предъявляет различные требования к особенностям и структуре психологической подготовленности спортсмена. Спортсменов, специализирующихся в спортивных играх, отличают эффективное восприятие, быстрота сенсорных реакций и развитость оперативного мышления, хорошее распределение, быстрое переключение и устойчивость внимания, сообразительность, настойчивость, решительность, смелость, быстрота и точность сложных двигательных реакций, легкость перестройки двигательных навыков.

Спортивная деятельность вообще развивает черты личности в виде настойчивости, упорства, инициативности, стремление «постоять за себя». Эти черты практически не зависят от вида двигательной активности. Наиболее типичными для спортсменов чертами характера являются: эмоциональная устойчивость, стремление к лидерству, склонность к риску, расчетливость,

новаторство, самоконтроль, общительность (Родионов А.В. Практическая психология физической культуры и спорта. Махачкала : Юпитер, 2002. 160 с.).

Особенностью спортивных игр является специфика соревновательной деятельности, которая отличается от других видов спорта. Игровым видам спорта присуще большое количество соревновательных действий – приёмов игры (техники). Такая специфика командных игр определяет ряд требований к спортсменам, их психическим и психомоторным качествам.

Психологические особенности спортивной деятельности в футболе

Известно, что спортивно-игровая деятельность футболистов строится на биомеханике их локомоторных движений ногами и тела в действиях с мячом в единстве с осознанием цели и задач индивидуальной и командной игровой деятельности футболистов в тренировках и в соревнованиях. Успешность команды измеряется победой или проигрышем с определенным счетом, ничейным результатом. Задачи науки о футболе состоят в выявлении и исследовании разнообразных внешних и внутренних факторов, влияющих на игровую результативность как отдельных футболистов, так и команды в целом.

Именно в футболе в «пропасть между спортивной наукой и практическим внедрением её достижений оказалась столь велика, что многие тренеры, получившие специальное футбольное образование, до сих пор пользуются устаревшими методами» (Люкшинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов. М. : Советский спорт, 2003. 415 с.).

В изучении деятельности футболистов, их тренеров, команды, организаторов футбольного зрелища, и др., ныне принимают участие многие специалисты – управленцы, менеджеры, экономисты, спортивные педагоги, физиологи, биомеханики, медики. Сформировалась прикладная *психология футбола*, предмет и методы которой отражены во многих научных монографиях и учебных пособиях (Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта. М. : Физкультура и спорт, 1959. 308 с. ; Гагаева Г.М. Особенности состояния психологической готовности футболистов к ответственным соревнованиям : автореф. канд. дис. М., 1961. 15 с. ; Её же. Психология футбола. М.

: Физкультура и спорт, 1969. 215 с. ; Савин С.А. Футболист в игре и на тренировке. М. : Физкультура и спорт, 1975. 108 с. ; Люкшинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов : научно-методич. пособие. М. : Советский спорт, 2003. 415 с. ; Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте. М. : Физкультура и спорт, 1980. 208 с. ; Савин В.А. Малафеев В.П. Вратарь. СПб. : Человек, 2010. 192 с. ; Малафеев В.П. Биографический метод в изучении личности выдающихся футболистов // Вестник Балтийской Педагогической Академии. СПб., 2012. Вып. 106. С. 123–126 и др.).

Спортивная техника в футболе многообразна, включает бег, передвижения по полю, удары, остановки, ведение мяча ногами, обводку, передачи-пассы мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии руками, удары по воротам, действия вратаря в парировании и ловле мяча руками, и др. Для того, чтобы успешно применять современные методы психологической подготовки футболистов к соревновательной деятельности, необходимо не только изучить и учитывать основные составляющие их тактико-технической, специальной и общефизической подготовки к соревнованиям, но также учитывать их возрастные, половые, индивидуально-типологические особенности психики и высшей нервной деятельности, участвующие в освоении и тренинге двигательных умений и игровых навыков футболистов.

В среднем за матчевую игру квалифицированный футболист пробегает расстояние от 8 до 12 километров. Общее же время индивидуального бега игрока составляет от 29 до 42 минут. Бег выполняется футболистами с различной скоростью и интенсивностью в зависимости от игровой ситуации. Бег включает различные тактические перемещения игроков на поле посредством медленных и быстрых пробежек, ускорений, рывков, прыжков, введений мяча. Борьба за мяч может осуществляться из разных исходных положений игроков. При этом темп, ритм, интенсивность физических нагрузок во время пробежек игроков существенно варьирует, что предъявляет особые требования к реакциям на стимул, скоростной и специальной выносливости футболистов, мастерству владения мячом. Интенсивность и скорость перемещений футболистов во время матча, способность быстро менять направление бега и темпо ритмические

характеристики своих телодвижений, быстро ориентироваться в меняющейся обстановке, во многом определяет индивидуальное мастерство и игровую успешность соревновательной деятельности футболистов.

Одной из важных педагогических задач тренера, работающего с юными футболистами, определить к какой игровой роли более склонен начинающийся футболист – к роли вратаря, защитника, полузащитника, нападающего. В играх мастеров в ситуациях острого противоборства ролевые функции игроков динамизируются, происходит ситуационно - игровой обмен *ролями*, - если защитник оказывается в выгодной позиции у ворот соперников, то нередко завершает атаку ударом в створ ворот противника.

Выбранной тренером тактике игры команды – атакующей, обороняющейся, позиционной, соответствует расстановка игроков на поле по типовым тактическим схемам, например, 3:4:3:1, 4:2:4:1 и др. Наблюдая за игрой тренер оценивает действия команды и подсказывает игрокам тактику их ситуационного взаимодействия на поле (Шестаков М.М. Футбол: Структура соревновательной деятельности и критерии её эффективности в футболе : учебно-методич. пособие. Краснодар, 1993. 28 с. ; Золотарёв А.П. Возрастная динамика ловкости и техники владения мячом в условиях скоростных передвижений у юных футболистов 9-17 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Малаховка, 1987. 22 с. ; Его же. Некоторые особенности соревновательной деятельности юных футболистов 9-17 лет // Методика совершенствования и контроля координационных способностей юных футболистов : учебно-методич. пособие. Краснодар, 1991. С. 12–16 ; Люшкинов Н.М. Формирование модельных характеристик соревновательной деятельности футболистов на основе анализа игр чемпионатов мира и СССР : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Л., 1989. 21 с. и др.).

Поскольку каждая игровая роль в футболе предъявляет свои особые требования к функциональной, технической и тактической подготовке игрока, то это всегда учитывается тренером в организации и осуществлении учебно-тренировочного процесса, а также в установках тренера на игру отдельным игрокам и команде в целом в предстоящем матче. Например, от вратаря ожидается особое умение видеть поле, антиципировать игровые действия как своих, так и соперника на штрафной площадке и непосредственно вблизи своих

ворот, принимать решения и адекватно двигаться для защиты своих ворот от поражения. Содержание игровой деятельности и методы подготовки футбольного вратаря изложены в специальной литературе (Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры. М. : Физкультура и спорт, 1962. 168 с. ; Яшин Л.И. Записки вратаря. М. : Молодая гвардия, 1976. 147 с. ; Савин В.П., Малафеев В.А. Вратарь. СПб. : Человек, 2010. 192 с. и др.).

В функции защитников входят тактико-технические действия по предвидению и блокированию действий соперников на своей половине поля, тесное игровое взаимодействие с полузащитниками. От нападающих ожидается быстрое реагирование, виртуозная индивидуальная техника владения мячом в единоборствах, прорывы с мячом к воротам соперников и удары в створ ворот из разных игровых положений.

Вне зависимости от игровой роли и в целях совершенствования тактико-технического мастерства футболист-мастер обязан уметь «видеть поле», - развивать способность быстрой произвольной концентрации и распределения внимания, тренировать свое оперативное игровое мышление, совершенствовать саморегуляцию психических состояний, укреплять свои морально-волевые и спортивно-важные качества, сознательно уметь тормозить свои агрессивных побуждения в противоборствах за мяч, регулярно тренировать чувство времени, чувство мяча и партнера, совершенствовать свою скоростную выносливость и специальную работоспособность, и др. Вместе с этим подготовка юного футболиста и совершенствование его игрового мастерства должно включать его обучение умению восстанавливаться, быстро отдыхать как в ходе самой игры, так и в перерывах между таймами и после матча, а главное - быть верным своим привычкам спортивного режима дня.

Совместная игровая деятельность футболистов состоит из разнообразных простых и сложных двигательных действий, цель которых - владение мячом. Игровая деятельность футболиста носит сложно-координационный, ациклический, совместно-взаимозависимый, коллективно-командный характер (Бабушкин Г.Д., Кулагина Е.В. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности.

Омск : СибГАФК, 2001. 109 с.)

Поскольку футбол является командной игрой, требующей от футболистов индивидуального развития особых спортивных чувств - «чувства мяча», «чувства удара», «чувства партнера», «чувства точности паса» в искусстве ближних и дальних передач, «чувства ведения мяча» по полю, жонглирования мячом, владения ловли мяча ногами, остановки, обводки, ударами по мячу разными ногами из разных положений, в т.ч. слета, головой в падениях и в прыжках, и пр., то одной важнейшей задачей тренировки в футболе является формирование у игроков их специальных «спортивных чувств».

Наряду с этим овладение тактико-техническим мастерством игры требует от квалифицированных футболистов развитого чувства взаимопонимания, антиципации - предугадывания действий партнеров и соперников в игре. Тактическое мастерство футболиста выражается также в его игровых умениях выбора выгодной позиции в совместных передвижениях по полю, в умениях перехвата мяча у соперников, в точности передач и приемах мяча с лета от партнеров, и др. Одновременно с этим футболист обязан соблюдать правила игры и подчиняться решениям и указаниям судьи на поле.

М.С. Полишкис, В.А. Выжигин в своем исследовании техники футбола указывают, что «поскольку в футболе руками разрешено играть только одному члену команды – вратарю, то основная цель остальных десяти футболистов в игре состоит в том, чтобы забить мяч (гол) в ворота соперников ногами или головой и по возможности не допустить гола в свои ворота» (Полишкис М.С. Футбол : учебник для ин-тов физ. культуры. М. : Физкультура, образование, наука, 1999. 254 с.).

Одной из наиболее значимых тенденций совершенствования тактико-технического мастерства современного профессионального футболиста является его игровая универсализация, проявляющаяся в способности игрока ситуативно выполнять различные игровые роли. Это предъявляет высокие требования к уровню специальной и общефизической подготовки профессиональных футболистов (Андреев С.Н. Футбол – твоя игра. М. : Просвещение, 1989. 144 с. ; Папян Г.Г.

Сравнительная характеристика средств технико – тактической подготовки юных футболистов в связи с особенностями соревновательной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1983. 24 с. ; Максименко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. Луганск : Знание, 2000. 276 с. ; Пшибыльский В., Ястжембский З. Физическая подготовленность квалифицированных футболистов различных игровых амплуа // Теория и практика физ. культуры. 2003. № 3. С. 52–55 ; Гунажоков И.К. Основные тенденции развития современного футбола // Материалы I Международной электронной научной конференции «Физ. культура, спорт, биомеханика». 2006. С. 53–59 ; Sneyers J. Voetbal trainings book / J. Sneyers. – Meyer a. Meyer Ver-lag, 1997. – 304 p.).

Психологические особенности спортивной деятельности в хоккее

В современных условиях хоккей активно развивается и имеет довольно высокие достижения, как вид спорта. По мнению многих спортивных психологов, успешность выступления в спорте во многом определяется именно психическими ресурсами (Сетяева Н.Н. Психическая саморегуляция в подготовке спортсменов высокой квалификации циклических видов спорта: монография / Н.Н. Сетяева, А.В. Фурсов. – Сургут: РИО СурГПУ, 2010. – 230 с.). При этом когда мы касаемся высших этапов спортивного совершенствования имеет место часто равенство физической, технической и тактической подготовленности и доля психического возрастает на порядок. Большинство специалистов в хоккее говорят о том, что значительная доля психологических факторов присутствует как в хоккейных победах, так и в поражениях.

Психологические особенности хоккея определяются особенностями игровой деятельности хоккеистов, а также регламентируются определенными правилами игры. Наибольшая специфика спортивной деятельности в хоккее являются большая и интенсивная, импульсивная двигательная активность в довольно ограниченном пространстве и не на естественной опоре (лед, коньки); жесткое силовое единоборство с соперниками, множество игровых вариаций, а также командные действия. Такая деятельность предъявляет довольно высокие требования к психическим особенностям спортсменов-хоккеистов.

Психика хоккеиста должна быть приспособлена:

- к качественному овладению разнообразными движениями (различный вид бега, удары и броски шайбой, ведение, обводка, финты и отбор шайбы, особое чувство клюшки, льда и шайбы и т.д.).
- к качественному восприятию и пониманию игры (восприятие хоккейного поля и ситуации, а также передислокации игроков, точные движения на высокой скорости, прогнозирование и антиципация игровых ситуаций соперников, и игроков своей команды)
- креативность игрового представления, процессов воображения и мышления (создание замысловатых и не стереотипных действий и тактических комбинаций)
- развитость психического процесса внимания (его свойств – устойчивости, концентрации, высокой степени переключения), а также высокая степень осознанности происходящего (быстрота реагирования на изменяющиеся условия).
- развитость саморегуляции (формирование настроения, концентрации сил, управление эмоциями и сознанием, внутренняя стимуляция и релаксация) (Карлышев В.М., Уфимцев А.В., Деменьшин В.П. Психологические аспекты многолетней подготовки хоккеистов : учеб. пособие. Челябинск : Урал ГУФК. 2010. 96 с.).

Перечисленные психологические составляющие деятельности хоккеиста преломляются через его личностные особенности, которые и определяют специфику реакций, действий, поведения, и в конечном счете самореализацию в хоккее.

В процессе занятия хоккеем формируется определенное мировоззрение, и черты характера (смелость, трудолюбие, решительность, самообладание, упорство и т.п.).

Не маловажное значение имеет и выбор амплуа в хоккее (защитник, нападающий, разносторонний). В соответствии с амплуа спортивной успешности в хоккее на разных позициях может быть различный индивидуальный стиль деятельности, тип темперамента, своеобразный стиль самовыражения («ловкий»,

«хитрый», «организатор», «индивидуалист» и т.д.), причем как в хоккее, так и в обыденной жизни.

Кроме всего, хоккей – это коллективная игра и в хоккейной команде, впрочем, как и в футболе разворачивается вся динамика функционирования малой социальной группы. *Малая группа* – это совокупность индивидов, непосредственно взаимодействующих друг с другом для достижения общих целей и осознающих свою принадлежность к данной совокупности. Малые группы подразделяют на две разновидности: становящиеся и развитые. Первые – формирующиеся группы, уже заданные внешними социальными требованиями, но еще не сплоченные совместной деятельностью в полном смысле этого слова, вторые – коллективы, т.е. группы более высокого уровня развития, связанные со специфическими видами социальной деятельности.

Малая группа, в рамках своего существования, проходит несколько стадий:

Группа-конгломерат – начальная стадия – т.е. это группа ранее незнакомых людей, случайно оказавшихся (или специально собранных) в одном месте и в одно время.

Номинальная группа – следующий уровень – характеризуется официальным присвоением ей какого-либо общего имени, названия, приписыванием извне определенных целей, видов и условий деятельности и т.п. При благоприятных условиях она трансформируется в группу-кооперацию.

Группа-кооперация отличается эффективной организационной структурой, высоким уровнем внутригруппового сотрудничества. Взаимоотношения в такой группе носят, прежде всего, деловой характер, что подчинено достижению ее официальных целей.

Группа-автономия – следующая ступень развития – характеризуется высоким единством ее членов в сфере деловых и эмоциональных отношений. Именно на этом уровне члены группы начинают идентифицировать себя с ней («мы» в отличие от «они» – другие группы).

Коллектив – высшая стадия развития группы. Коллектив – группа людей,

объединенных общими целями, достигшая высокого уровня развития в ходе социально ценной совместной деятельности. Членство в группах обеспечивает удовлетворение тех или иных потребностей общества в целом и каждого из его членов в отдельности (Свенцицкий А.Л. Социальная психология. М., 2003 ; Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1996 ; Майерс Д. Социальная психология : пер. с англ. СПб. : Питер, 1996).

Групповая динамика – это совокупность внутригрупповых социально-психологических процессов и явлений, характеризующих весь процесс функционирования и существования группы: образование, развитие, стагнация, регресс, распад. Управление групповыми процессами составляет важнейшую задачу тренерского коллектива, и представляет перед собой направление психолого-педагогического сопровождения в командных видах спорта.

Таким образом, психологическая характеристика командных видов спорта и понятие специфичной психологической подготовленности является необходимым условием для решения практических задач психолого-педагогического сопровождения. Для этого необходим учет разных факторов, но очевидным в детско-юношеском спорте является комплексный подход, включающий рассмотрение и учет психологических и возрастных особенностей спортсмена, психолого-педагогические воздействия со стороны тренера и родителей юного спортсмена.

ГЛАВА 2. МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В КОМАНДНЫХ ВИДАХ СПОРТА

2.1. Эмпирическая база исследования

Всего в соответствии с различными задачами исследования обследовано 125 человек.

В исследовании приняли участие 40 юных спортсменов командных видов спорта (хоккей, футбол) в возрасте 6-7 лет (мальчики).

Для выявления специфических психологических особенностей указанная выборка была разделена группы в зависимости от вида спорта: группа юных хоккеистов (АСК г. Стрельна) - 22 человека; группа юных футболистов (Академия Зенита) - 18 человек.

Контрольная группа – дети 7 лет, учащиеся общеобразовательной школы, не занимающиеся спортом, в количестве 14 человек.

В анкетировании приняли участие:

- 30 тренеров (мужчины, от 25 до 38 лет) по футболу - действующий тренерский состав Академии «Зенит»; тренеры ДЮШОР по футболу;

- 11 тренеров по хоккею (мужчины, от 25 до 38 лет) - учащиеся ВШТ кафедры теории и методики хоккея НГУ им. П.Ф. Лесгафта;

Весь опрошенный тренерский состав имел опыт тренерской работы с детьми 6-7 лет.

- 30 родителей детей занимающихся командными видами спорта.

Женщины -32,3%, возраст от 24 до 37 лет;

Мужчины – 67,7%, возраст от 27 до 47 лет.

2.2. Методы исследования и его организация

Исследование осуществлено согласно плану обучения автора диссертации – араба, уроженца Иордании, в очной аспирантуре кафедры психологии НГУ им. П.Ф Лесгафта в период 2011-2015 гг. Сбор эмпирических данных осуществлен автором в летне-осенний сезон 2013/15 гг. Обработка, анализ, апробация эмпирических материалов, публикация результатов исследования, подготовка текста диссертации на русском языке осуществлены автором при поддержке и консультациях преподавателей кафедры психологии, биомеханики, футбола, хоккея.

Выбор методов исследования производился согласно поставленным целям, возрасту детей, а также условиям проведения эксперимента, проводился с помощью комплекса компьютерных программ Effecton Studio.

Для исследования специфики сенсомоторных процессов детей младшего школьного возраста нами использовалась лицензионная компьютерная программа Effecton Studio - комплекс «Психология в школе» зарегистрирован в Российском фонде компьютерных программ учебного назначения, имеет сертификат соответствия ИНИНФО.

Для оценки динамики развития психических (познавательных) процессов и способностей учащихся всех возрастных групп в комплексе «Effecton Studio» предусмотрены все необходимые методики. Это пакеты «Внимание» для углубленного изучения основных свойств внимания: концентрации, устойчивости, избирательности, переключаемости внимания; «Память» — для всесторонней оценки механической, логической, оперативной, образной кратковременной и долговременной памяти; «Ягуар» - для оценки восприятия, сенсомоторных процессов и умственной работоспособности.

1. На выявление особенностей сенсомоторных особенностей исследуемой группы детей применялись следующие методики компьютерного комплекса:

- *Реакция на движущийся объект (тест «Каскадер»)*

Реакция на движущийся объект (РДО) состоит в выполнении ответного движения на специфический сигнал — видимое пространственное совмещение двух или нескольких движущихся объектов. Такого рода реакции входят в качестве элементов действий в процессе различных видов деятельности человека (например, в спортивных играх — реакция на движение шайбы и мяча). В реакции на движущийся объект отражается не только способность субъекта к оценке пространственных отношений между объектами, но и его способность соотнести эти отношения с временными характеристиками перемещения и инерционностью срабатывания всей системы слежения. В реакции на движущийся объект проявляются индивидуальные особенности организации нервной системы человека: при преобладании у него силы возбудительного процесса наблюдается увеличение числа упреждающих реакций, при преобладании тормозного процесса — увеличение числа запаздывающих реакций.

Нами интерпретировались, следующие шкалы:

1. Время реакции на движущийся объект, в мс;
2. Количество опережающих и запаздывающих реакций.

Теппинг – тест (тест «Дятел») – определение типа нервной системы – является автоматизированным вариантом теста Е.П. Ильина

Тестирование производилось индивидуально в течении 2 минут. По команде экспериментатора ребенок должен был нажимать клавишу Enter на клавиатуре, под контролем картинки на экране монитора.

Полученные в результате обработки экспериментальных данных опыта варианты динамики максимального темпа могут быть условно разделены на пять типов:

- Сильный тип: темп нарастает до максимального в первые 10-15 с. работы; в следующие 25-30 с. он может снизиться ниже исходного уровня (т.е. наблюдавшегося в первые 5 с работы). Этот тип кривой свидетельствует о наличии у испытуемого сильной нервной системы;
- Стабильный тип: максимальный темп удерживается примерно на одном уровне в течение всего времени работы. Этот тип кривой свидетельствует о наличии у

испытуемого нервной систему средней силы;

- Слабый тип: максимальный темп снижается уже со второго 5-секундного отрезка и остается на сниженном уровне в течение всей работы. Этот тип свидетельствует о слабости нервной системы испытуемого;
- Среднеслабый тип: темп работы снижается после первых 10-15 с. Этот тип расценивается как промежуточный между средней и слабой силой нервной системы – среднеслабая нервная система;
- Среднесильный тип: первоначальное снижение максимального темпа сменяется затем кратковременным возрастанием темпа до исходного уровня. Вследствие способности к кратковременной мобилизации такие испытуемые относятся к группе лиц со среднесильной нервной системой.

2. На выявление уровня развития психических процессов исследуемой группы детей применялись следующие методики компьютерного комплекса

- *Объем внимания (тест «Разведчик»)* с помощью данной методики определялось какое количество предметов воспринимается испытуемым одновременно, в частности, при экспозиции зрительных стимулов длительностью в 500 мсек в среднем объем внимания должен быть эквивалентен 7 ± 2 предметам.

Ребенку предлагалась после предупредительного звукового сигнала "военная карта" с обозначением аэродромов. Следовало запомнить их расположение и сразу же после появления чистой карты внести в нее местонахождение аэродромов при помощи мышки. Экспериментатором фиксировалось количество правильно воспринятых объектов.

- *Объем образной памяти.* Испытуемому в течение 40 секунд предъявлялись одновременно девять геометрических фигур. Их следует запомнить. После исчезновения предъявленных фигур, появляется таблица из 28 фигур, содержащая, в том числе, и те фигуры, которые запоминались. Необходимо было опознать, и отметить каждую запомненную фигуру. Оценка результатов производится на основании количества правильно запомненных фигур. Экспериментатором фиксировалось количество правильно воспроизведенных

фигур от 0-9. Пример протокола исследования юного спортсмена приведен в приложении В.

3. Анкетный опрос.

1) Для выявления отношения тренера к психологической подготовленности юного спортсмена нами была использована 7-балльная шкала успешности психологической подготовленности спортсмена (Родыгина Ю.К.). Для объективизации данных к опросу было привлечено как минимум 3 эксперта (тренера), которые учувствовали в подготовке юных спортсменов командных видов спорта. Как правило эту группу составляли тренер, ассистенты тренера. Вопросы анкеты были максимально приближены к пониманию их тренерским составом экспертов и не включали специальных психологических терминов (алгоритм проведения представлен в приложении А).

Тренерам предлагалось оценить своих игроков по следующей шкале:

7 – балльная шкала оценок успешности психологической подготовленности
спортсмена

Инструкция: Оцените спортивную деятельность Вашего игрока в соответствии с 7-балльной шкалой оценок. Данные критерии будут использованы исключительно в научных исследованиях.

7. Высокие навыки игры. Максимально мобилизуется в критических ситуациях. Один из лучших игроков команды.
6. Хорошие навыки игры. Достаточно хорошо работает в критических ситуациях. Перспективный игрок.
5. Хорошие навыки игры. Хорошо выполняет обязанности в обычных условиях. Не всегда мобилизуется в критической и соревновательной деятельности. Средний среди игроков команды.

4. Средние навыки игры. В обычных условиях работает хорошо, усложнение обстановки снижает его работоспособность заметнее, чем у других. Средний среди игроков команды.

3. Средние навыки игры. Способность работать в критических и соревновательных условиях, дается с трудом. Требуется больше внимания, чем большинство игроков команды.

1. Навыки по игре ниже средних. Возможны психологические срывы при работе в критических условиях. Требуется больше внимания, чем большинство игроков команды.

1. Плохие навыки игры. Допускает много ошибок при работе в критических и напряженных условиях. Было бы лучше, если бы он (она), избрал другой вид спорта.

2) *Опрос тренеров командных видов спорта* (авторская анкета) (содержится в развернутом виде в приложении Б).

3) *Опрос родителей юных спортсменов* (авторская шкала) (содержится в развернутом виде в приложении Б).

3. Статистический анализ данных осуществлялся с использованием пакета статистических программ Statistica, v 7.0. Поскольку распределение практически всех показателей было далеко от нормального, для сравнения групп использовались методы непараметрической статистики – тест Вилкоксона для сравнения зависимых выборок, для независимых выборок - U-тест Манна-Уитни. Для оценки корреляций использовались коэффициенты корреляции Спирмена. Для описания показателей в группах в качестве положения и рассеяния использовались медиана и квартили.

При оценке значимости различий, учитывая большое число параллельных сравнений и исходя из принципа множественных сравнений в качестве порогового было взято значение $p=0,05$.

При корреляционном анализе связь между показателями оценивали как сильную при абсолютном значении коэффициента корреляции $r \geq 0,70$, имеющих среднюю силу – при r от 0,69 до 0,30, и как слабую – при $r \geq 0,29$.

ГЛАВА 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ ЗАНЯТИЯ КОМАНДНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

Задатками скоростно-координационных способностей, так необходимых для достижения высоких спортивных результатов в командных видах спорта, являются показатели сенсомоторных реакций и психических процессов. Ранняя спортивная специализация является одной из тенденций развития современного спорта и связана с общим прогрессом спортивной деятельности – усложнением техники, тактики, быстрым ростом «потолка» спортивных результатов, для достижения которых требуется все больше времени.

Данная тенденция характерна для таких видов спорта как футбол, хоккей, фигурное катание на коньках, художественная и спортивная гимнастика, и др. с одной стороны ускоряет наступление кульминации спортивной карьеры, а с другой стороны создает опасность одностороннего и негармоничного развития юного спортсмена.

3.1. Специфика сенсомоторных реакций у детей 6-7 лет занимающихся хоккеем

В связи с этим крайне актуальную проблему составляет мониторинг развития юного хоккеиста, с фиксацией изменений, происходящих в сфере психических процессов.

На данном этапе исследования обследовались юные хоккеисты (мальчики), в возрасте 6,5-7 лет. Данное исследование проводилось в рамках проекта Академии хоккея «Развитие детского хоккея в Санкт-Петербурге и Ленинградской области» на базе в п. Стрельна, по месту локализации команд в период март-сентябрь 2014. Результаты юных хоккеистов сопоставлялись с данными контрольной группы такого же возраста учащихся общеобразовательной школы г. Санкт-Петербурга (таблица 1).

Таблица 1 - Параметры пробы реакции на движущийся объект (РДО) юных хоккеистов, медиана (квартили)

Параметры	Юные хоккеисты 7-8 лет n=22	Контрольная группа n=14	p
Время РДО, мс	211,0 (146,5; 292,0)	233,5 (149,0; 272,0)	0,05
Количество опережающих реакций, у.е.	10,0 (8,0; 11,0)	10,5 (7,0;13,0)	0,23
Количество запаздывающих реакций, у.е.	10,0 (9,0; 12,0)	9,5 (7,0;13,0)	0,42

Для всей обследованной выборки детей был характерен довольно низкий уровень сенсомоторной (психомоторной) реакции, с сохраненной возможностью быстро реагировать на один «нужный» сигнал в определенный момент времени, но большой трудностью реагирования, если эти сигналы находятся в движении. Было выявлено, что время реакции на движущийся объект у детей, занимающихся хоккеем достоверно ниже чем, у детей не занятых спортом, что говорит о лучшем развитии ментальной сферы, отвечающей за сложно координационные способности. Также на уровне тенденции юные хоккеисты более сбалансированы по опережающим и запаздывающим реакциям при выполнении проб на психомоторику, чем дети вне спортивной деятельности. По показателю динамической работоспособности следует отметить достоверно более высокий показатель устойчивости к монотонной деятельности у детей контрольной группы, чем у детей, систематически занимающихся хоккеем (таблица 2).

Таблица 2 - Параметры свойств нервной системы юных хоккеистов в сравнении с контрольной группой, медиана (квартили)

Параметры	Юные хоккеисты n=22	Контрольная группа n=14	p
Показатель динамической работоспособности и (Количество нажатий из 500 возможных)	299,5 (236,0; 371,0)	316,5 (247,0; 345,0)	0,05

Выявленная особенность объяснима тем что хоккей – игровой вид спорта, в котором дети получают постоянно новые впечатления и тренируют переключаемость процессов центральной нервной системы (ЦНС), на выполнение различных заданий двигательной сферы.

Определение типа нервной системы у детей занимающихся хоккеем, показало, что 61,5% юных хоккеиста (по теппинг-тесту) обладали промежуточным (среднеслабый) типом нервной системы с периодическим возрастанием и убыванием темпа работы (волнообразная кривая (рисунок 1)). Для этого типа нервной системы характерна резкая смена настроения, повышенная эмоциональность, тонкое восприятие окружающей действительности. При этом у детей этого типа есть возможность быстро реагировать на внештатную ситуацию, но возможно совершение ошибок.

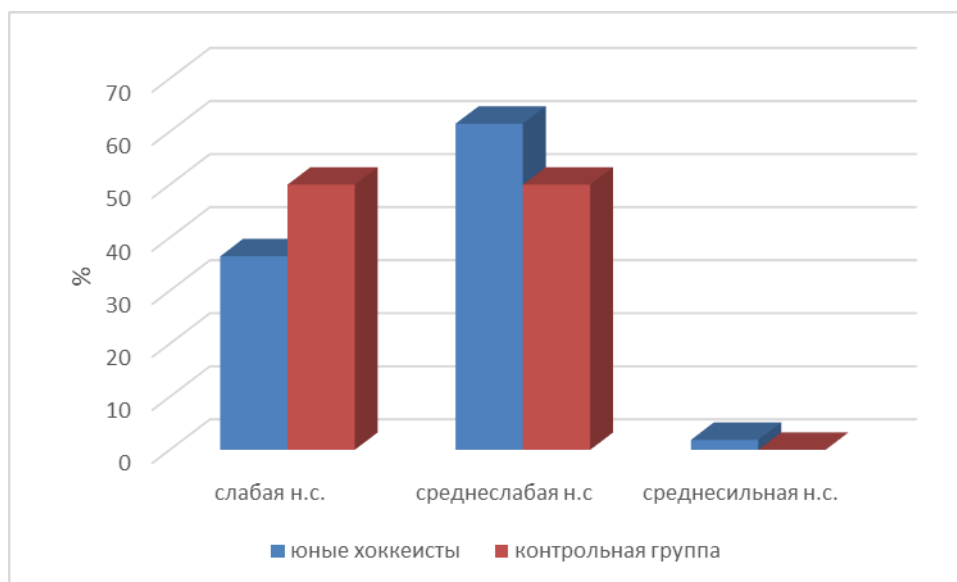


Рисунок 1 - Тип нервной системы юных хоккеистов, %

Только около 2 % выборки продемонстрировал промежуточный вариант между сильной и средней нервной системой, что дает возможность быть устойчивым к длительным стрессам, хорошей переносимостью физических и душевных страданий.

В контрольной группе типология нервной системы распределилась поровну между слабой и среднеслабой.

3.2. Специфика сенсомоторных реакций у детей 6-7 лет занимающихся футболом

Функциональное состояние нервной системы и ее показатели к которым относятся сенсомоторные реакции и уровень функционирования психических процессов представляют собой основу для двигательной деятельности (Алексеев А.В. Преодолей себя. Психическая подготовка спортсменов к соревнованиям. М. : Советский спорт, 2007. 280 с. ; Бабушкин Г.Д., Яковых Ю.В. Повышение результативности соревновательной деятельности в спортивных играх на основе развития у спортсменов помехоустойчивости // Актуальные вопросы развития детского и юношеского футбола : 2-я регион. науч.-практ. конф. тренеров, преподавателей, инструкторов по футболу, руководителей физкультурно-спортивных учреждений. Омск, 2007. С. 67–79).

В игровых видах спорта, с высоким уровнем психоэмоционального напряжения и концентрации внимания, большую роль в организации адаптивного ответа играет психофизиологический статус спортсмена (Букова Л.М., Кровяков В.Ф. Психологические особенности личности и перспективность юных футболистов // Педагогика и психология. 2012. № 9. С. 25–29 ; Корягина Ю.В. Развитие специфических видов сенсомоторных реакций в тренировочном процессе бадминтонистов // Омский научный вестник. 2008. № 1 (63). С. 142–144).

Для выявления специфических особенностей психомоторной сферы нами были обследованы дети 7 лет занимающиеся футболом по параметрам РДО, уровня развития психических процессов в сравнении с контрольной группой (таблица 3).

Таблица 3 - Параметры пробы реакции на движущийся объект (РДО) юных футболистов, медиана (квартили)

Параметры	Юные футболисты n=18	Контрольная группа n=14	p
Время РДО, мс	134,0 (87,0; 239,0)	233,5 (149,0; 272,0)	0,05
Кол-во опережающих реакций, у.е.	8,0 (6,0; 13,0)	10,5 (7,0;13,0)	0,05
Кол-во запаздывающих реакций, у.е.	13,0 (7,0; 13,0)	9,5 (7,0;13,0)	0,05

Время реакции на движущийся объект в группе детей занимающихся футболом оказалось достоверно лучшим нежели у детей вне занятий спортом. Данная особенность говорит о специфичном влиянии этого динамичного во всех отношениях вида спорта на формирование психофизиологических качеств нервной системы. У юных футболистов в большей степени преобладают процессы возбуждения нервной системы об этом говорит превалирование упреждающих (опережающих) реакций, чем запаздывающих. Тогда как в

контрольной группе имеет место обратная реакция. Дети занимающиеся футболом в большинстве случаев действуют на опережение, по сравнению с группой детей не занятых спортивной деятельностью ($p < 0,05$).

Спортивная деятельность предъявляет высокие требования к скоростным качествам человека и стабильности двигательной активности (таблица 4). Показатель динамической работоспособности регистрируемый у юных футболистов оказался достоверно ниже возможностей продемонстрированных детьми контрольной группы. Данная особенность характеризует большую степень противодействия монотонии у детей контрольной группы, а также выраженную степень необходимости быстрой смены деятельности у юных футболистов.

Таблица 4 - Параметры свойств нервной системы юных футболистов в сравнении с контрольной группой, медиана (квартили)

Параметры	Юные футболисты n=18	Контрольная группа n=14	p
Показатель динамической работоспособности (Количество нажатий из 500 возможных)	261,0 (224,0; 315,0)	316,5 (247,0; 345,0)	0,05

Определение типа нервной системы в начале спортивной карьеры ребенка занимающегося игровым видом спорта, позволит в дальнейшем правильно осуществлять психолого-педагогические воздействия. Сила нервных процессов характеризуется работоспособностью, выносливостью нервной системы, означает способность ее переносить продолжительное, либо кратковременное, но очень сильное возбуждение или торможение. Слабость нервных процессов –

неспособность нервных клеток выдерживать длительное и концентрированное возбуждение или торможение. При их действии нервные клетки довольно быстро переходят в состояние охранительного торможения. При этом слабая нервная система обладает высокой степенью чувствительности и реактивности.

Большинство детей занимающихся футболом имели среднеслабый тип нервной системы, при котором темп работы снижается после первых 10-15 с (рисунок 2).

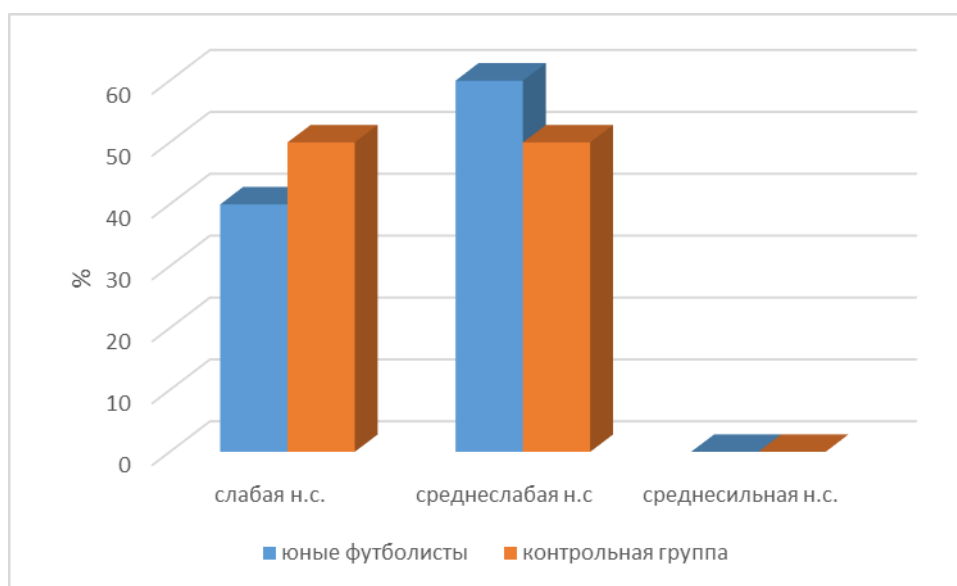


Рисунок 2 - Тип нервной системы юных футболистов, %

Этот тип расценивается как промежуточный между средней и слабой силой нервной системы. При этом 40% юных футболистов обладали слабым типом. Для которого характерен максимальный темп снижения результата уже со второго 5-секундного отрезка и остается на сниженном уровне в течение всей работы. Психологически такие дети отличаются впечатлительностью, острой реакцией на стресс, очень восприимчивы к похвале и наградам.

Следует отметить, что основные свойства нервной системы у детей 6-7 лет еще формируются (складываются к 12-13 годам, после чего наступает период стабильности). Поэтому полученные результаты справедливо учитывать только в контексте психического развития детей занимающихся командными видами спорта.

3.3. Особенности развития психических процессов у юных спортсменов командных видов спорта

Психические процессы – это форма отражения реальности, с помощью которых познается мир и обеспечивается поведение и деятельность человека. Как известно, в психологии выделяются ощущения, восприятие, память, внимание, мышление, воображение, представление, эмоции, воля, речь. Наибольшую роль в хоккее по результатам обобщенной литературы играют: специализированные ощущения и восприятия, отдельные свойства внимания, мышление и волевые усилия (Карпов В.Е. Совершенствование средств саморегуляции психического состояния хоккеистов высшей квалификации в игровой деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук Челябинск, 2002 ; Полянчиков Д.В. Методика формирования игрового внимания у юных хоккеистов 11-12 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Омск, 2006. 24 с. ; Семин Д.К. Формирование состояния готовности к игре хоккеистов-юниоров : автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2007. 26 с. и др.).

На различных этапах подготовки следует ориентироваться на разные характеристики спортсмена с точки зрения прогнозирования его перспективности. В каждом возрастном периоде имеются ведущие компоненты, определяющие развитие в данном возрасте, которые желательно развивать, т.к. это наиболее благоприятно для деятельности в которую погружен ребенок (спортивную деятельность).

Для анализа функционирования психических процессов юных спортсменов командных видов спорта нами было предпринято исследование выявляющее уровень развития ведущих познавательных процессов (внимание, память) у детей в процессе занятия командными видами спорта (таблица 5).

Таблица 5 - Параметры внимания и памяти юных хоккеистов в сравнении с контрольной группой, медиана (квартили)

Параметры	Юные хоккеисты n=22	Контрольная группа n=14	p
Объем внимания, у.е.	4,0(3,0; 4,5)	4,0 (3,0;5,0)	0,40
Объем образной памяти, у.е.	5,0(4,0; 6,0)	6,0 (5,0;6,0)	0,05

Юные хоккеисты не отличались от детей контрольной группы по уровню развития внимания, при этом объем образной памяти у них был ниже чем у детей не занятых спортом.

Совершенствуя развитие двигательных процессов, развитие психических процессов (памяти, внимания), вероятно в меньшей степени зависит от занятий спортивной деятельностью (таблица 6).

Таблица 6 - Параметры внимания и памяти юных футболистов в сравнении с контрольной группой, медиана (квартили)

Параметры	Юные футболисты n=15	Контрольная группа n=14	p
Объем внимания, у.е.	5,0(3,0; 6,0)	4,0 (3,0;5,0)	0,05
Объем образной памяти, у.е.	5,0(4,0; 6,0)	6,0 (5,0;6,0)	0,05

Объем внимания, характеризующий познавательный потенциал детей, находился в нормативном разбросе в обеих анализируемых группах, при этом у юных футболистов он был статистически достоверно выше, чем у детей не занятых спортом. Объем образной памяти в контрольной группе был выше, чем в группе юных футболистов ($p \leq 0,05$).

Обобщая полученные данные можно отметить, что уровень развития психических процессов достоверно отличается у детей занимающихся командными видами спорта и детей которые не участвуют систематически в осуществлении спортивной деятельности. Причем представленные материалы указывают на необходимость целенаправленной психолого-педагогической работы по развитию и коррекции психических процессов у детей исследуемой возрастной категории командных видов спорта. Практика показывает, что тренеры больше заботятся о совершенствовании физических и технических возможностей юных спортсменов и слабо ориентируются в вопросах развития психических возможностей юных спортсменов, тем самым ставя под сомнение дальнейшее совершенствование спортивного мастерства воспитанников.

3.4. Взаимосвязь психологических особенностей юных спортсменов командных видов спорта с успешностью психологической подготовленности

Основным критерием эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх служит победа над соперником. Становление спортивного мастерства как высокого уровня профессионализма представляет собой многолетний процесс развития необходимых качеств и свойств, совершенствования определенных и специфических навыков деятельности. По существу это процесс адаптации юного спортсмена к условиям деятельности. При адаптации юных спортсменов к тренировочным и соревновательным нагрузкам относительно консервативным началом выступают физиологические механизмы деятельности различных органов и систем, которые формируются довольно длительное время. Более лабильными при этом являются психические функции изучаемые нами такие как быстрота и точность сенсомоторных реакций, параметры внимания и памяти юных спортсменов командных видов спорта. Для сопоставления показателей психических функций и определенного роста успешности психологической подготовленности юных спортсменов, нами

предпринят анализ взаимосвязей балльной оценки успешности и параметров психомоторики и психических процессов у юных футболистов и хоккеистов.

В целях поиска психологических маркеров успешности, мы предлагаем проводить анализ индивидуальной динамики развития игрока по предложенной 7-балльной шкале (Родыгина Ю.К., 2014) (приложение 1). Данный параметр следует вносить в общую базу экспериментальных данных и с помощью статистических процедур выделять те параметры (психологические, психофизиологические), которые имеют значимую взаимосвязь с успешностью психологической подготовленности. При этом пополнение базы данных с увеличением количества респондентов, увеличение базы наиболее информативными параметрами, а также анализ срезов и динамики различных выборок позволит в дальнейшем выйти на конкретные критерии успешности психологической подготовленности спортсменов разных возрастов и разного уровня профессионализма.

В проведенном анализе нашли отражение те особенности которые характерны для юных спортсменов командных видов спорта (рисунок 3). Было выявлено, что для выборки юных футболистов в большей степени важным для успешности психологической подготовленности являются тип нервной системы, объем внимания, а также объем образной памяти. При этом успешность в психологической подготовке юного футболиста будет выше у детей с сильным типом нервной системы ($r=0,40$), т.к. нами обнаружена положительная статистическая взаимосвязь средней силы.

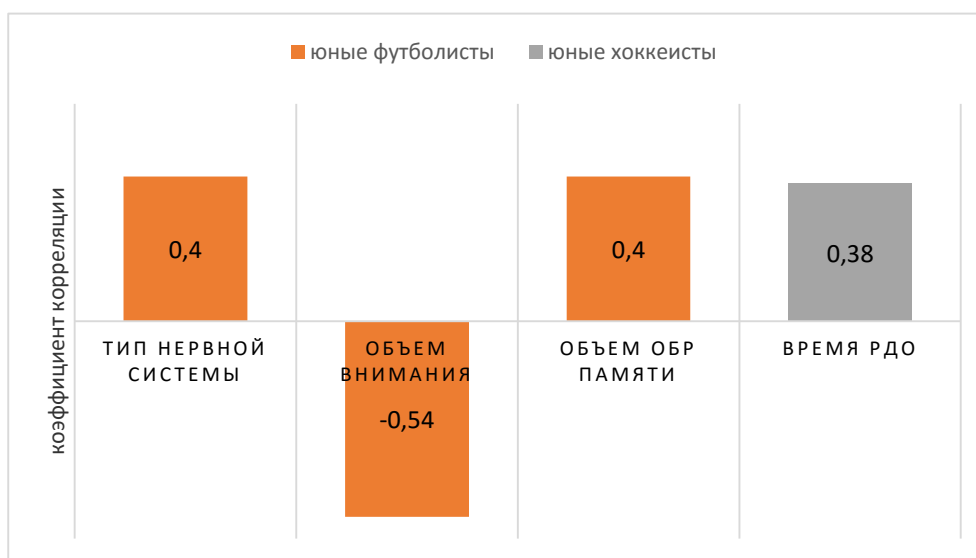


Рисунок 3 - Значимые взаимосвязи успешности психологической подготовленности и психологических особенностей юных спортсменов командных видов спорта

Также напрямую у юных футболистов определена взаимосвязь образной памяти и успешности психологической подготовленности ($r=0,40$), т.е. чем выше развитость данного свойства памяти фиксировать и запоминать определенные образы происходящих на поле в процессе тренировок и соревнований комбинаций и стратегий, тем выше юного спортсмена оценивает тренер в аспектах спортивного совершенствования. Довольно высокой оказалась отрицательная взаимосвязь между психологической подготовленностью и объемом внимания юного футболиста. Парадоксальным оказалась не важность объема внимания, как свойства психического процесса внимания в достижении высоких баллов по успешности. Безусловно полученные корреляционные значения являются не высокими по силе и могут рассматриваться только в общем контексте полученных данных, являясь при этом тенденцией выявленной в ходе объективного исследования.

При выявлении степени влияния сферы психомоторики и развития психических процессов на оценку успешности психологической

подготовленности у юных хоккеистов, был определен только один яркий показатель психомоторной сферы определяющий подготовленность юного хоккеиста, а именно время реакции юного спортсмена на движущийся объект (РДО). Поскольку скорость полета шайбы при ударе в профессиональном хоккее достигает 190 км в час (на уровне рекорда у канадского хоккеиста Бобби Халла), важность этой психомоторной характеристики вошедшей в значимую корреляционную плеяду именно у юных хоккеистов – не случайна ($r=0,38$).

Таким образом, полученные результаты анализа взаимосвязей параметров психической сферы с успешностью психологической подготовленности юных игроков командных видов спорта определяют вектор психокоррекционных усилий для повышения общей спортивной успешности, как одного из условий мотивации занятия спортом и спортивной результативности в детско-юношеских командных видах спорта.

ГЛАВА 4. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЙ В СИСТЕМЕ «ТРЕНЕР-ЮНЫЙ СПОРТСМЕН-РОДИТЕЛИ СПОРТСМЕНА»

Целью психолого-педагогического сопровождения спортивной деятельности является обеспечение оптимальных условий взаимодействия всех субъектов данного процесса.

Поскольку в современных условиях немногие детские спортивные школы и клубы имеют штатную единицу спортивного психолога, именно тренер - педагог вынужден брать на себя его функции (Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности / [Л.Г. Уляева, Е.В. Мельник и др.] ; под общ ред. Л.Г. Уляевой. М., 2014. 236 с.).

В настоящей главе нами предпринята попытка проанализировать особенности отношения тренеров игровых видов спорта к вопросам обучения и воспитания юных спортсменов.

Тренерская деятельность это прежде всего процесс обучения воспитанников азам спортивного мастерства, а также совершенствование в этой области. Обучение - это сложный процесс объективной действительности, который включает в себя большое количество разнообразных связей и отношений множества факторов различной природы и различного порядка. В современном понимании для обучения характерны следующие признаки: двусторонний характер, совместная деятельность педагогов и учащихся, руководство со стороны учителя, специальная планомерная организация и управление, целостность и единство, соответствие закономерностям возрастного развития учащихся, управление развитием и воспитанием учащихся (Подласый И.П. Педагогика: Новый курс : учебник для студ. высш. учеб. заведений. В 2 кн. М. : Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.). Исходя из теоретических аспектов процесса обучения нами была разработана специальная шкала, включающая утверждения относительно процесса спортивного обучения для тренерского состава игровых видов спорта.

4.1. Особенности отношения тренеров по футболу к вопросам спортивного обучения и воспитания юных спортсменов 6-7 лет

Российский футбол после спада спортивного результата на протяжении последнего десятилетия, перешел в стадию повышения технико-тактического мастерства и зрелищности игры команд высшей лиги. Это связано с одной стороны с притоком в российские команды игроков из зарубежья, повышением общего мастерства спортсменов, при этом в настоящее время ощущается явный дефицит талантливых отечественных футболистов, что повышает актуальность совершенствования психолого-педагогических подходов в подготовке спортивного резерва среди юных футболистов.

В нашем исследовании мы проанализировали особенности отношения тренеров футбольных команд к вопросам обучения юных спортсменов (рисунок 4).

Наибольшее количество баллов по среднему результату выборки тренера получил педагогический прием «Хвалю учеников за выполнение упражнений». Позитивное подкрепление поведения юного спортсмена является основой для формирования условно рефлекторных связей в психике и открывает возможности для спортивного совершенствования.



Рисунок 4 - Показатели опроса тренеров по футболу юных спортсменов по вопросам спортивного обучения, в баллах

В ходе анализа были также выявлены следующие особенности в обучении используемые тренерами по футболу: второе место по количеству баллов набрала шкала «Инструктирую, объясняю, оцениваю игроков», выражающая отношение тренеров по футболу делать упор на когнитивный и дидактический аспект в обучении юных футболистов. Выявленная особенность характеризует приоритет на ментальность в обучении, которая применяется тренерами детских команд по футболу.

На третьем месте по значимости - повторение пройденного: баллы по шкале «Даю домашние задания» - соответствовали ответу «Часто».

Примерно одинаковые баллы получили другие представленные на рисунке шкалы. Наименьшее количество баллов соответствовало психологическому аспекту сопровождения, которое отражалось в шкалах, связанных с обучением юных спортсменов идеомоторной тренировке, медитации, аутогенной тренировке.

Процесс воспитания – это процесс формирования, развития личности,

включающий в себя как целенаправленное воздействие извне, так и самовоспитание личности. Воспитательный процесс у тренеров по футболу строился в основном всегда в ходе индивидуальных бесед с учениками, также довольно актуальным являлось посещение футбольных матчей (рисунок 5). Тренеры по футболу в воспитательном процессе опираются на взаимодействие с родителями («Провожу родительские собрания»; «Обсуждаю с родителями режим»). Также тренеры - футболисты высказывались о том, что они активно следят за дисциплиной в команде, контролируют самочувствие и дисциплину. При этом в меньшей степени тренеры по футболу информировали и рассказывали юным спортсменам об Олимпийских играх с целью повышения спортивной мотивации. Нужно отметить, что в воспитательных вопросах, по результатам опроса футбольные тренеры адекватно применяют довольно большой набор техник воспитательного процесса и демонстрируют уверенность в применении этих приемов.

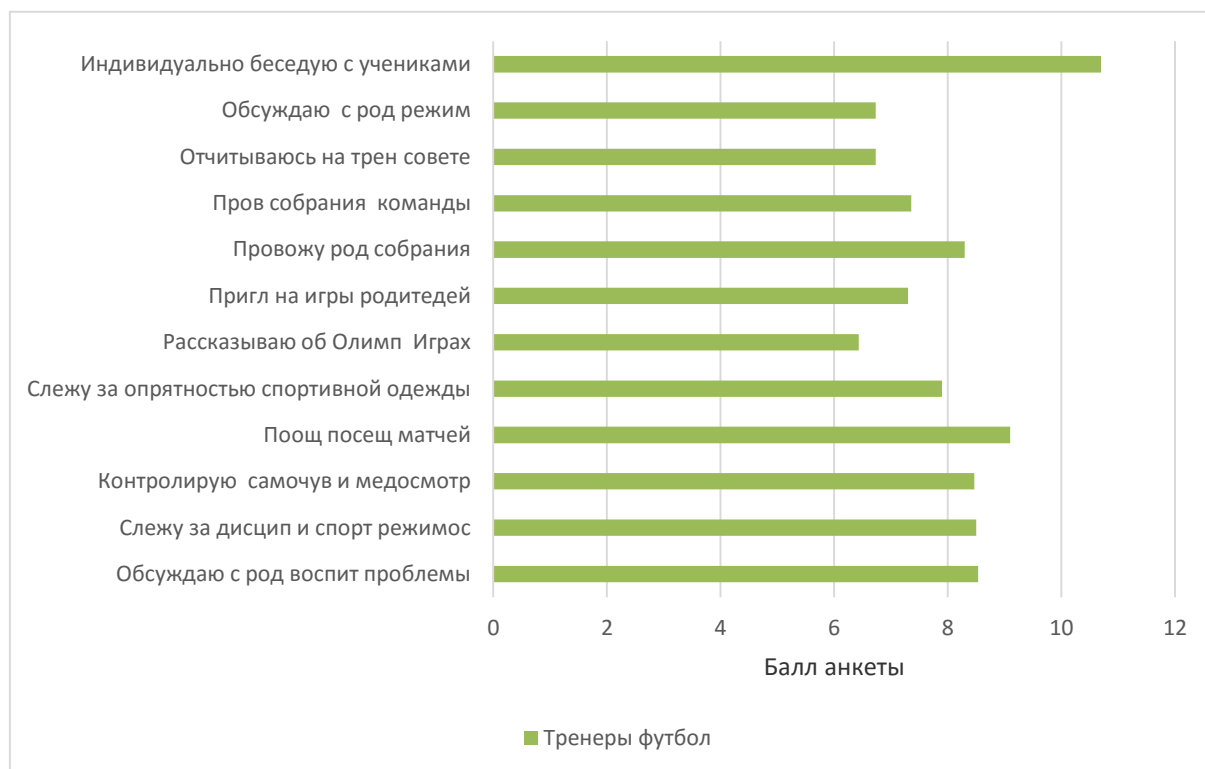


Рисунок 5 - Показатели опроса тренеров по футболу юных спортсменов по вопросам спортивного воспитания, в баллах

Диапазон воспитательных приемов и аспектов у тренеров по футболу оказался довольно широким и разнообразным, при этом красной нитью воспитательных стратегий является наполненность индивидуальным взаимодействием тренера и его юного воспитанника в футболе.

4.2. Особенности отношения тренера по хоккею к вопросам спортивного обучения и воспитания юных спортсменов 6-7 лет

Психологические особенности хоккея определяются основными особенностями игровой деятельности хоккеистов и регламентируются установленными игровыми правилами. В зависимости от интенсивной, разнообразной и импульсивной двигательной активности в хоккее в ограниченном пространстве при не естественной опоре, вопросы обучения юных хоккеистов должны обладать определенной спецификой. При этом при рассмотрении и анализе анкет тренеров по хоккею была выявлена такая же как и описанная выше тенденция отношения тренеров по футболу. Но в хоккее она проявилась наиболее ярко (рисунок 6).

Отличительными особенностями основных приемов обучения у тренеров по хоккею являлись: похвала за правильно выполненное упражнение.



Рисунок 6 - Показатели опроса тренеров юных хоккеистов по вопросам спортивного обучения

На втором месте по частоте ответов – аспект указывания на ошибки воспитанников. При этом когнитивный и дидактический аспект обучения тренеры используют реже – «Инструктирование и обучение с оценкой выполняемых действий игроков» заняло третье место в опросе тренеров хоккейных команд. Всего от 1,63 до 2,54 баллов в среднем набрали параметры шкал, связанных с психологической составляющей в спортивной подготовке тренеров по хоккею.

Основные воспитательные стратегии тренеров юных хоккеистов довольно серьезно отличались от набора воспитательных мер у тренеров – футболистов (рисунок 7).



Рисунок 7 - Показатели опроса тренеров юных спортсменов по вопросам спортивного воспитания, в баллах

В основе воспитательных аспектов тренеры по хоккею выбирают участие родителей в играх и турнирах (основной выбор - «очень часто»). Много внимания тренеры отводят спортивной экипировке юных спортсменов, в данном случае это объяснимо более сложным устройством хоккейной формы нежели у футболистов («Слежу за опрятностью спортивной одежды»). В не меньшей мере тренеры по хоккею уделяют внимание самочувствию и медосмотрам, а также индивидуальным беседам с учениками. Тренеры по хоккею при этом «очень редко» склонны обсуждать с родителями и коллегами-тренерами проблемы спортивной жизни.

Нужно отметить что набор воспитательных приемов у тренеров по хоккею также разнообразен, но используем не в полном объеме. Так довольно незначительное место в воспитании тренеры по хоккею отводят вопросам обсуждения с родителями спортивного режима, а также незначительное внимание уделяют возможности обсудить с коллегами тренерами вопросы воспитания

(«Отчитываюсь на тренерском совете»).

Таким образом, основными чертами тренерского обучения в командных видах спорта является упор на когнитивный и дидактический подходы, при этом тренеры по хоккею в большей мере используют прием указания на ошибку и похвалу воспитанника за верное выполнение задания. Тренеры командных видов спорта слабо владеют навыками знакомства юных спортсменов с основами психорегуляции.

В воспитательном аспекте, тренеры – футболисты используют предложенные воспитательные стратегии разнообразно и в большом объеме, тогда как тренеры по хоккею, часто пренебрегают возможностями воздействия на воспитанников опосредованно через родителей юных хоккеистов.

4.3. Особенности отношения родителей к занятиям детей командными видами спорта

В командных видах спорта чрезвычайно важен аспект сотрудничества. Для того чтобы достичь единой цели необходим совместный труд. Когда речь идет о детско-юношеском спорте, то в систему взаимоотношений неотъемлемо включены и родители юного спортсмена. Психология спортивной команды предполагает связанность общими профессиональными целями и ценностями. Особенно в процессе становления спортивной команды становятся значимыми действия тренера и родителей юного спортсмена. Для родителей в общем смысле ценностным является рост спортивного мастерства ребенка, но что стоит за этим стремлением, каково отношение родителей юных спортсменов к аспектам спортивного воспитания (рисунок 8).

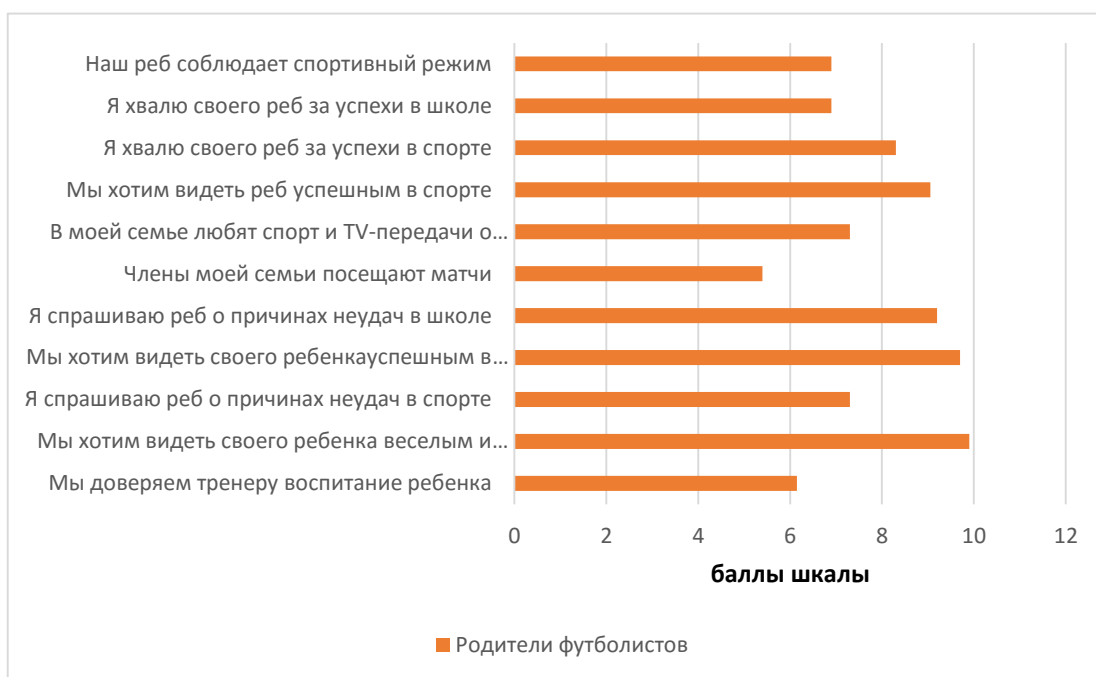


Рисунок 8 - Показатели отношения родителей к вопросам воспитания юных футболистов, в баллах

На данном этапе исследования нами проводился опрос родителей юных спортсменов командных видов спорта по вопросам воспитания. Вначале рассмотрим мнение родителей юных футболистов. Основным мотивом семейного воспитания юного футболиста является необходимость родителей видеть своего ребенка веселым и здоровым (9,9 баллов по группе в среднем), а также на 9,7 баллов в среднем из 10 возможных родители хотели бы видеть своего юного футболиста успешным в школе.

С высокой оценкой успешности в спорте хотели бы видеть родители юных футболистов своих детей уже вначале спортивной карьеры (9,05 баллов). Это говорит о том что уже на начальном этапе занятия спортом, когда еще не активизированы задатки к определенному виду спорта и не развиты соответствующие способности ребенка, родители желают слышать о высоких спортивных результатах. При этом за успехи в спорте родители юных футболистов хвалят чаще, чем за успехи в школе (в средней оценке 8,3 к 6,9 баллам). Причем о причинах неудач в школе родители – респонденты

спрашивают своих детей почти в каждом случае (9,2 балла), а по поводу неудач в спорте реже (7,3 балла в среднем по опрошенной группе респондентов).

Высокий уровень родительских притязаний относительно успешности ребенка и в школе и в спорте способен вызвать излишнюю невротизацию в детско-родительских отношениях и, что требует дополнительного психологического наблюдения.

Интерес к посещению футбольных матчей и вообще интерес к спорту высказали чуть больше половины опрошенных родителей юных футболистов. При этом чаще родители юных футболистов все-таки остаются дома и смотрят телепередачи о спорте по TV (7,3 балла), чем посещают футбольные матчи (5,4). Популяризация в семье интереса к спорту вообще и к футболу в частности повышает мотивированность ребенка к продолжению занятий спортом, а также к преодолению преград в этой области жизни. Опрос родителей юных футболистов показал только относительную заинтересованность семей юных футболистов в спорте вообще, что прогнозирует в дальнейшем неустойчивую мотивацию ребенка к продолжению занятий футболом. Тем более, что довольно низкое количественное значение составили баллы по опросу родителей по шкале выявляющей доверие родителей тренеру (6,15 баллов).

Как следствие общего отношения родители юных футболистов к спорту, в среднем только в 6,9 баллов оценивают соблюдение их детьми спортивного режима. Данный параметр говорит о том что около трети родителей прониклись необходимостью воспитания настоящего спортсмена, но как было показано выше практически в 100% случаев, хотели бы видеть своего ребенка успешным в спорте.

Полученные данные говорят о необходимости психолого-педагогических мероприятий с родителями юных футболистов, разъяснения и психообразования в сфере спортивной психологии.

В сопоставлении с группой юных хоккеистов можно сказать, что родители юных хоккеистов в 100% случаев ждут от своих детей успехов в спорте и это

является наиболее приоритетным в воспитании юного спортсмена (рисунок 9).



Рисунок 9 - Показатели отношения родителей к вопросам воспитания юных хоккеистов, в баллах

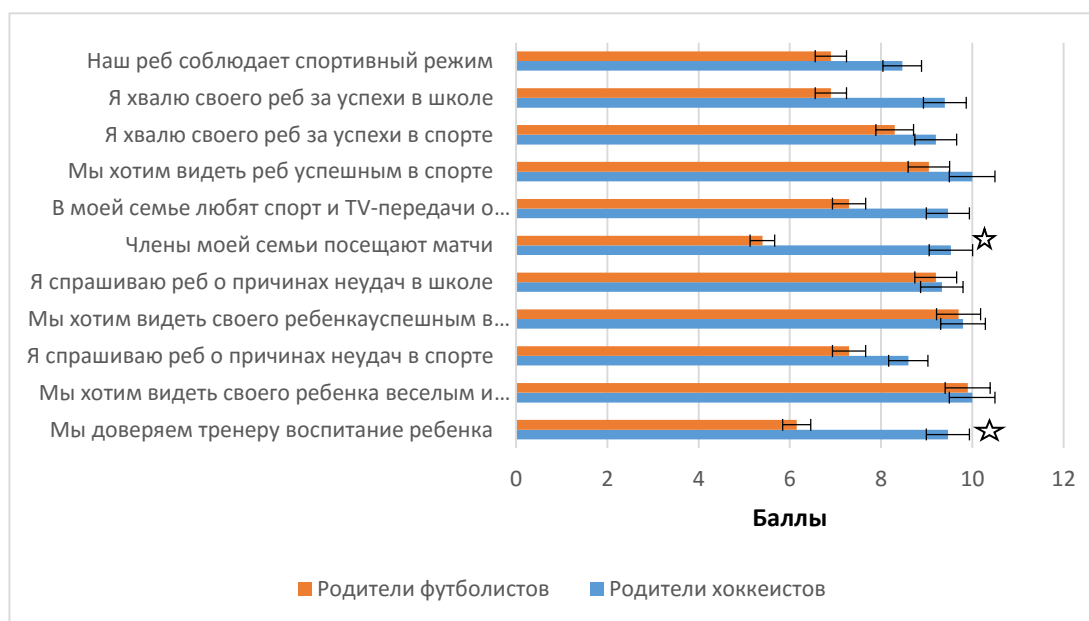
Также высоко ценится родителями то чтобы их ребенок был здоров и весел (9,9 баллов). Ключевую позицию занимает и желание родителей юных хоккеистов видеть их детей успешными и в спорте (10 баллов) и в школе (9,8 баллов). Практически в равной степени родители применяют поощрение за успехи детей и в школе (9,2 балла) и спорте (9,4 балла). При этом интересуются у ребенка причинами неудач в спорте реже (8,6 баллов), чем причинами неудач в школе (9,3). Данная особенность отношения родителей выявляет приоритетность, хотя и с небольшой разницей, выбора школьной успеваемости над спортивной успешностью.

В семейных традициях юных хоккеистов посещение хоккейных матчей (9,53 балла), а также и общая любовь к спорту (9,46 баллов). Данная особенность говорит о хорошем прогнозе мотивации к занятию хоккеем у юных спортсменов.

Респонденты родителей юных хоккеистов оценили высокую степень

доверия тренеру по вопросам воспитания своих детей (9,46 баллов).

Для выявления особенностей отношения родителей к вопросам спортивного воспитания, нами был предпринят сравнительный анализ групп респондентов – родителей командных видов спорта (рисунок 10).



Примечание *- статистически значимые различия на уровне $p \leq 0,05$

Рисунок 10 - Показатели отношения родителей к вопросам воспитания юных спортсменов в командных видах спорта

Наибольшие и статистически достоверные различия выявлены при сравнении по вопросу доверия родителей тренеру воспитания юных спортсменов ($p \leq 0,05$). Тренеры по хоккею вызывают большее доверие у родителей юных спортсменов как педагоги в отличие от тренеров по футболу. Определенную долю тревоги в плане возможностей невротизации детей вызывает позиция родительского перфекционизма у родителей юных хоккеистов (вопрос по успешности в спортивных достижениях). Но при этом со статистической достоверностью родители юных хоккеистов в своем большинстве доверяют

тренеру по хоккею (9,46 баллов), по сравнению с родителями юных футболистов (6,15 баллов).

Также следует отметить, что семьи юных хоккеистов больше вовлечены в спортивную жизнь их детей, больше интересуются и спортом и хоккеем. На уровне тенденции видно что родители хоккеистов настаивают в своих воспитательных мерах на соблюдении детьми спортивного режима в большей степени, чем родители юных футболистов.

Единодушным является желание видеть своих детей веселыми и здоровыми в обеих группах родителей – респондентов, а также желание родителей видеть успешность своих детей в командных видах спорта. Можно предположить, что это и является ведущими мотивами при выборе родителями занятий для своих детей вне школы.

4.4. Психолого-педагогическое сопровождение юных спортсменов в командных видах спорта

Достижение определенной целостности и единства возможно если есть система, характеризующая отношения субъектов, их связь друг с другом. Когда идет речь о системе психологической подготовки в спорте, целостность рассматривается относительно взглядов на процесс подготовки, единства векторов развития, образования, воспитания, тренировки, обучения, партнерских отношений в системе «тренер-ребенок-родитель».

Спортивная деятельность как определенный вид социальной активности человека напрямую нацелена на достижение высот в спортивном мастерстве, на совершенствование и самосовершенствование и это возможно посредством определенного вектора или направленности в деятельности и активности личности ребенка. Компонентом который способен быть системообразующим в развитии личности ребенка-спортсмена является его ориентация на цель и результат. Процесс спортивной деятельности в детско-юношеском спорте имеет

педагогическую основу, а именно процесс образования. Образование – это сложный и достаточно длительный процесс получения личностью своего собственного образа, становление самого себя и включает процессы воспитания и обучения, при этом предполагает развитие самой личности ребенка во всех аспектах (социализация, интеллектуальное и психическое развитие ребенка, нравственное и физическое его совершенствование).

Процесс спортивного образования ребенка будет лишь тогда действенным когда в нем в максимальной степени ответственности будут функционировать субъекты этой деятельности «тренер-ребенок-родитель» (схема 1).

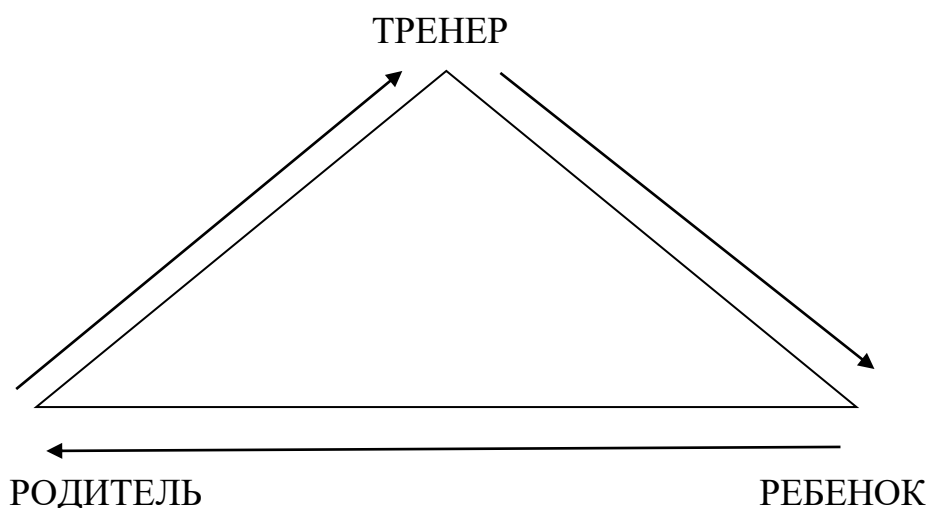


Схема 1 - Система взаимодействия в процессе спортивной подготовки юных спортсменов

В нашем исследовании мы отразили проблемные стороны во всех системах данной объективной триады и наметили пути совершенствования в этих сферах, при этом психолого-педагогическое сопровождение в детско-юношеском спорте на наш взгляд должно строиться с учетом всех сторон данной системы (Схема 2).

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Рассмотрим *тренерский аспект* в построении психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов командных видов спорта (схема 2).

1.Повышение профессиональной компетентности за счет получения новых знаний и умений, повышения уровня владения поиска необходимой информации.

Цель – профессиональная и педагогическая компетентность тренера, стремление к внедрению нового, эрудиция, а также умение работать с новой информацией

Возможные средства достижения :

- Периодическое прохождение курсов повышения квалификации (1 раз в 3 года)
- Самообразование с учетом рекомендаций полученных на курсах
- Совершенствование навыков владения современными информационными системами.

2.Развитие коммуникативной компетентности тренера

Коммуникативная компетентность – это способность и готовность к овладению технологиями устного и письменного общения, взаимодействию и сотрудничеству с коллегами, родителями, детьми.

Цель – умение правильно и благоприятно строить отношения в тренерском коллективе, внимательность к людям, способность к доверию людям, развитие навыков активного слушания людей, развитие организаторских качеств, а именно умение распределения своего и чужого времени, умения делегировать полномочия, принимать решения.

Возможные средства достижения:

- Получение знаний в области психологии детско-юношеского спорта (специальный раздел в курсах повышения квалификации)

- Психотренинг развития коммуникативных качеств
- Психологическое консультирование по вопросам взаимодействия с людьми

3. Развитие навыков воспитания юных спортсменов

Цель – развитие ответственности, умения держать слово, требовательности к себе, критичности. Гуманистическая направленность личности тренера (внимателен, помогает, сочувствует, поддерживает).

Возможные средства достижения:

- Патриотическая направленность спортивного учреждения
- Знакомство тренера с основными теориями личности, воспитательными концепциями и основами психологии развития
- личностный рост тренера, за счет мотивации достижения.

Родительский аспект в программе психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов командных видов спорта.

Родитель вообще и родители юного спортсмена являются чрезвычайно значимой фигурой для ребенка. Ребенок развивается в системе определенных отношений которые организуются его ближайшим окружением, а именно семьей юного спортсмена. Совершенствование в системе этих отношений с уклоном в систему спортивной подготовки, это еще один вектор в направлении повышения спортивной результативности.

1. Психообразовательные программы для родителей юных спортсменов

Цель - повышение психологической компетентности родителей юных спортсменов.

Возможные средства достижения:

- Проведение психообразовательных семинаров для родителей с возможностью открытого обсуждения вопросов психологии ребенка, психологических основ воспитания юного спортсмена.
- Психотренинг для родителей с целью коррекции и развития процесса общения, улучшения взаимоотношений родителей и детей, развитие умения выстраивать адекватные отношения внутри семьи.
- Психологическое консультирование при трудностях детско-родительских отношений.

2. Образовательные занятия для родителей юных спортсменов по вопросам здоровьесберегающего развития юных спортсменов

Цель – знакомство родителей с основами и достижениями детской физиологии и спортивной диетологии

Возможные средства достижения:

- Проведение семинаров с привлечением специалистов по физиологии спорта
- Проведение семинаров по спортивной диетологии

3. Создание родительского комитета спортивной команды

Цель – улучшение взаимодействия между тренером родителями и юными спортсменами, решение организационных и материальных задач спортивных соревнований и тренировочного процесса

Возможные средства достижения:

- Создание родительского актива (3-4 человека) из числа родителей спортивной команды
- Распределение обязанностей между родителями по вопросам организации, материальных аспектов соревновательного и тренировочного процесса
- Проведение совместных спортивных праздников, выездов на экскурсии и

природу

Юный спортсмен в программе психолого-педагогического сопровождения командных видов спорта:

1. Психодиагностика юных спортсменов командных видов спорта (проводится в динамике одного года)

Цель: - оценка тех психических процессов, состояний и качеств юного спортсмена, от которых зависит успешность спортивной деятельности.

Возможные средства достижения:

- проведение аппаратурных методик и тестирования, с применением стандартизованных методик и лицензионных программ
- разработка психологических рекомендаций с целью планирования эффективных техник и коррекций воздействий спортивного психолога на спортсмена
- разработка психологических рекомендаций для тренера и родителей юного спортсмена по улучшению приемов взаимодействия

2. Развитие психологических качеств и способностей необходимых для командного вида спорта

Цель: развитие и коррекция определенных психических качеств спортсмена имеющих влияние на спортивную успешность и результативность

Возможные средства достижения:

- коррекция распределения и концентрации внимания,
- повышения уровня долговременной, образной и оперативной памяти,
- развитие быстроты реакций на определенные объекты и действия.
- разработка специальных психотехнических игр.

3. Командообразование

Цель: повышение сыгранности и сплочения спортивной команды для достижения

эффективного спортивного результата

Средства достижения:

- социометрия членов команды для выявления социальных статусов – лидер, предпочитаемый, аутсайдеры

- выявления уровня сплочения команды (методика Сисшора)

- выявление и необходимая коррекция социально-психологического климата команды

- психотехнические упражнения на сплочение и командообразования

- выработка рекомендаций для тренера по повышению сыгранности и сплоченности команды.



Схема 2 - Психолого-педагогическое сопровождение юных спортсменов командных видов спорта

4.5. Апробация психокоррекционной программы для юных спортсменов командных видов спорта (на примере футбола и хоккея)

В рамках формирующего эксперимента, в соответствии с целями и задачами работы была проведена разработка и апробация программы психолого-педагогического сопровождения детей занимающихся командными видами спорта.

Данная программа была реализована в период 2014 на базе дислокации исследуемой выборки спортивных команд.

В соответствии с предложенными комплексом мер психолого-педагогического сопровождения были проведены следующие мероприятия для тренеров и родителей юных спортсменов:

1. Организация и проведение семинаров для тренеров юных спортсменов командных видов спорта по вопросам детской и спортивной психологии 1 раз в неделю (Примерная тематика семинаров приведена в приложении 5) на протяжении 1 месяца.
2. Организация психологического консультирования тренерского состава (по обращаемости) - на протяжении 1 месяца
3. Организация психообразовательных семинаров для родителей юных спортсменов (Примерная тематика семинаров приведена в приложении 5) – 1 раз в неделю – на протяжении месяца
4. Психологическое консультирование родителей юных спортсменов (по обращаемости) - на протяжении 1 месяца

В рамках улучшения психологической подготовки юных спортсменов командных видов спорта был проведен отбор группы психокоррекции, включающая 11 детей

из общей выборки обследованных юных спортсменов командных видов спорта (футбола и хоккея).

Цель данной программы – психокоррекция параметров психомоторики и психических процессов юных спортсменов для гармонизации темпов психического развития, улучшения психологической подготовленности и тем самым повышения спортивной результативности юных спортсменов.

Критерии включения детей в психокоррекционную группу:

1. Низкий показатель объема внимания (1-2 объекта)
2. Низкий уровень развития образной памяти (менее 4 объектов)
3. Время пробы РДО более 400 мс (время предшествования, то есть время от начала восприятия движущегося объекта до его остановки)
4. Успешность психологической подготовленности по 7-балльной шкале на уровне 1-2 балла. Выдержки из 7-балльной анкеты:

2 БАЛЛА: Навыки по игры ниже средних. Возможны психологические срывы при работе в критических условиях. Требуется больше внимания, чем большинство игроков команды.

1 БАЛЛ: Плохие навыки игры. Допускает много ошибок при работе в критических и напряженных условиях. Было бы лучше, если бы он (она), избрал другой вид спорта.

Данная психокоррекционная программа реализована в период 2014 на базе дислокации исследуемой выборки спортивных команд.

Группу психокоррекции составили 11 детей занимающихся командными видами спорта: Средний возраст $7,3 \pm 0,12$; стаж занятия от года до 3-х лет.

Время проведения психокоррекции:

В течении 1 месяца. Занятия проводились в вечернее время в место спортивной тренировки, индивидуально. Общее время занятия -1 час 30 минут.

Организация психокоррекционной программы

1 блок «Коррекция психомоторики»

Данный блок психокоррекционной программы был реализован с помощью

программы «Эффектон» (индивидуально).

1. Во время занятия дети в течении 15 минут работали по слежению за движущимся на экране монитора объектом, выполняя задание нажать клавишу «Enter» при достижении объектом определенной точки. Данные каждого занятия фиксировались в программе.

2. Дети в течении 20 минут работали по программе «Теппинг-теста». Данные каждого занятия фиксировались в программе.

2 блок «Коррекция психических процессов»

Данный блок психокоррекционной программы был реализован с помощью программы «Эффектон» (индивидуально).

Во время занятия дети в течении 15 минут отрабатывали навыки внимания с помощью блока программ «Эффектон» (индивидуально). Задание «Такси», «Разведчик».

Количество подходов к методикам определялось критерием повышения показателей конкретного ребенка по пробам.

3 блок «Коррекция психоэмоционального состояния» (групповое занятие).

Взаимосвязь функционирования познавательных процессов и психоэмоциональной сферы побудила нас включить в эксперимент групповое занятие направленное на гармонизацию психоэмоциональной личностной сферы ребенка и в процессе программы.

Для одного занятия приглашались 3 человека из рекомендованной группы детей.

Время общего занятия составляло 40 минут.

Содержанием группового занятия являлся метод сказкотерапии и рисование совместного рисунка

Сказкотерапия – это метод, использующий форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. К сказкам обращались в своем творчестве известные и зарубежные и отечественные психологи: Э.Фромм, Э.Берн, Э.Гарднер, Вачков И.В., Е.Лисина, Т. Зинкевич-Евстигнеева. (Зинкевич-Евстигнеева

Т.Д. Формы и методы работы со сказками. СПб. : Речь, 2008. 240 с.), (Киселева М.Б. Арт-терапия в работе с детьми : руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб. : Речь, 2006. 160 с.).

Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне (Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. СПб. : Речь; М. : Сфера, 2009. 144 с.).

Используемые на занятиях психотерапевтические сказки приведены в приложении Г.

Методика проведения сказкотерапии.

После прочтения тематической сказки детям предлагались вопросы для обсуждения (см. приложение), предоставлялась возможность высказать свое мнение относительно поведения героев, поставить себя на место героев сказки. Дети с удовольствием отвечали на вопросы, делились впечатлениями.

Рисование совместного рисунка

Использование совместного рисунка относится к методам арт-терапии. Этот тип заданий направлен как на решение проблемы оптимизации общения и взаимоотношений со сверстниками, так и на оптимизацию детско-родительских отношений. Кроме того, задания на совместную изобразительную деятельность делают необходимой речевую коммуникацию участников и тем самым обеспечивают развитие регуляторных способностей. Детям предлагалось на листе ватмана изобразить совместный рисунок на различные темы: «Чудесный день», на тему «Прочитанной сказки», на свободную тему.

Для выявления эффекта проведенной программы выборочно были проанализированы параметры психомоторики и психических функций до проведения формирующего эксперимента и после полного выполнения

психокоррекционной программы. После ее завершения была проведена повторная скрининговая диагностика изучаемых параметров у детей группы психокоррекции (таблица 7).

Таблица 7 - Динамика показателей психомоторной сферы юных спортсменов в ходе формирующего эксперимента медиана, квартили (n=11)

Параметры	До эксперимента	После эксперимента	p
Время реакции на движущийся объект (мс)	203 (148; 292)	101 (74,5; 167)	0,01
Количество опережающих реакций (у.е.)	9 (8; 12)	8 (7; 11)	0,57
Количество запаздывающих реакций (у.е.)	11 (7; 12)	12 (9; 13)	0,75
Объем внимания (у.е.)	2,5 (1,5; 3,5)	4,5 (4; 5)	0,01

Проведенный анализ лонгитюдного исследования (таблица 6, рисунок 11) показал положительную динамику показателей психомоторной сферы юных спортсменов командных видов спорта. Наиболее существенному изменению подверглись параметры время РДО и объем внимания, оценки успешности, по которым статистическая значимость различий была на уровне $p \leq 0,01$.

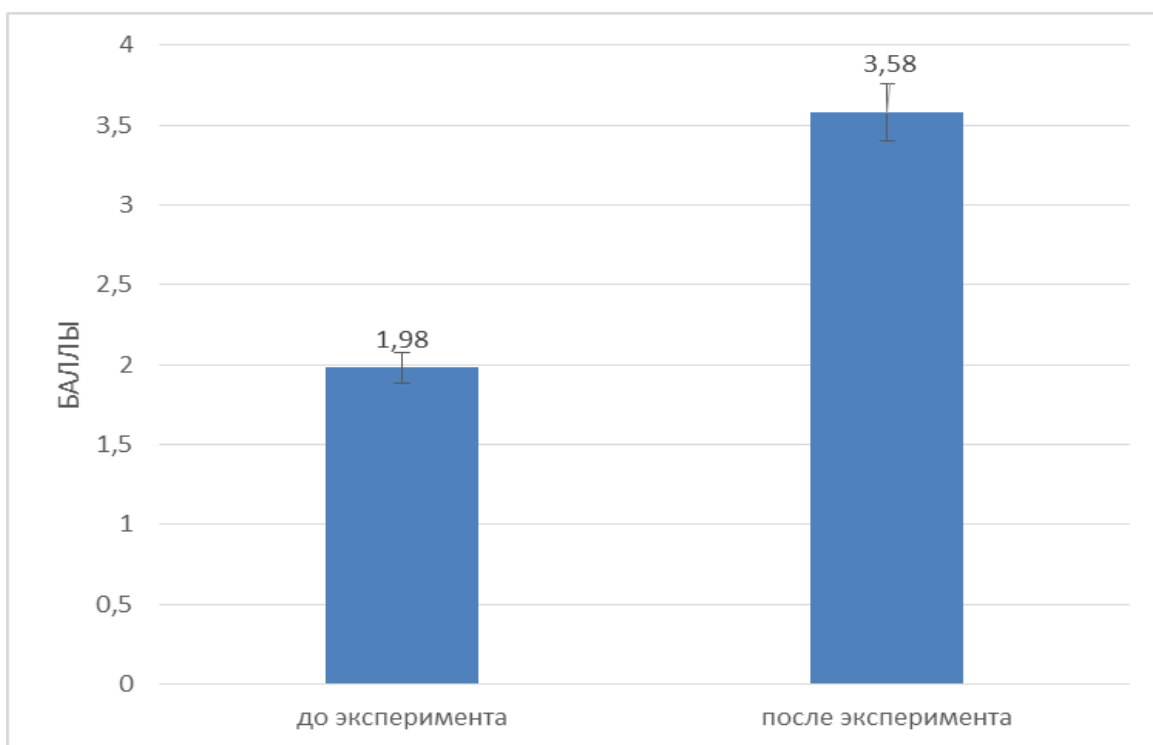


Рисунок 11 - Динамика показателей успешности психологической подготовленности юных спортсменов в ходе формирующего эксперимента

Примечание *- статистически значимые различия на уровне $p \leq 0,01$

Таким образом, полученные результаты показывают эффективность применения психокоррекции и возможность достижения более высокого уровня спортивной результативности посредством тренинга сферы психических процессов.

Заключение

Проведенные исследования позволили сделать следующие выводы:

Анализ литературных источников показал, психолого-педагогическое сопровождение в детско-юношеском спорте в настоящее время имеет недостаточную степень разработки и во многом реализуется с теоретических и методических сторон. Многими авторами игнорируется четкая структура сопровождения с выделением конкретных пунктов и разработки таковых в соответствии с возрастом юного спортсмена и вида спорта.

1. Для юных спортсменов командных видов спорта характерна возможность быстро реагировать на один «нужный» сигнал в определенный момент времени, со сложностью реагирования, если эти сигналы находятся в движении; 61,5 % юных хоккеистов и 60% юных футболистов обладали промежуточным (среднеслабым) типом нервной системы с периодическим возрастанием и убыванием темпа работы (волнообразная кривая). Психологически такие дети отличаются впечатлительностью, острой реакцией на стресс, очень восприимчивы к похвале и наградам. Реакция на движущийся объект у детей, занимающихся командными видами спорта свидетельствует о лучшем развитии ментальной сферы, отвечающей за сложно координационные способности по сравнению с детьми, не занимающимися спортом. При этом для юных хоккеистов наиболее важным фактором успеха оказалась психологическая подготовленность, а для юных футболистов тип нервной системы.

2. Объем внимания и образной памяти юных спортсменов командных видов спорта в целом соответствовал нормативному уровню, причем у юных футболистов объем внимания был статистически выше чем у детей контрольной группы ($p \leq 0,05$). Также напрямую у юных футболистов определена взаимосвязь показателя образной памяти и успешности психологической подготовленности ($r=0,40$), т.е. чем выше развитость данного свойства памяти фиксировать и запоминать определенные образы происходящих на поле в процессе тренировок и соревнований комбинаций и

стратегий, тем выше юного спортсмена оценивает тренер в аспектах спортивного совершенствования. Отрицательная взаимосвязь между успешностью психологической подготовленности и объемом внимания юного футболиста отражает не актуальность объема внимания у детей группы начальной подготовки в их психологической подготовленности.

3. Формирующий эксперимент показал положительную динамику показателей психомоторной сферы юных спортсменов командных видов спорта. Наиболее существенному изменению подверглись параметры время РДО и объем внимания, оценка успешности психологической подготовленности, по которым статистическая значимость различий оказалась на уровне $p \leq 0,01$. Полученные результаты показывают эффективность применения психокоррекции и возможность достижения более высокого уровня спортивной результативности посредством тренинга сферы психических процессов.

4. Отношение тренеров командных видов спорта к процессу обучения характеризует приоритет педагогических приемов, направленных на когнитивный и дидактический подход в обучении, в то же время дефицитарным оказался психологический аспект подготовки, юных спортсменов (обучение навыкам идеомоторной тренировки, медитации, аутогенной тренировки). Тренеры по хоккею в большей мере используют прием указания на ошибку и похвалу воспитанника за верное выполнение задания. Диапазон воспитательных приемов и аспектов у тренеров по футболу оказался более широким и разнообразным, чем у тренеров по хоккею, при этом красной нитью воспитательных стратегий является наполненность тренировок индивидуальным взаимодействием тренера и его юного воспитанника в футболе, тогда как тренеры по хоккею во многом делают упор в воспитании на взаимодействие с родителями юного хоккеиста.

5. Выявлен высокий уровень родительских притязаний относительно успешности юных спортсменов командных видов спорта, и в школе и в спорте, что способно вызвать излишнюю невротизацию в детско-родительских отношениях и требует дополнительного психологического наблюдения и необходимости

психолого-педагогических мероприятий с родителями юных спортсменов. Вопрос доверия родителей тренеру воспитания юных спортсменов существенно расходится у родителей футболистов и хоккеистов. Тренеры по хоккею вызывают большее доверие как педагоги в отличие от тренеров по футболу ($p \leq 0,05$). Единодушное желание видеть своих детей веселыми и здоровыми в обеих группах родителей – респондентов (100%), а также желание родителей видеть успешность своих детей в командных видах спорта, позволяет утверждать, что именно эти аспекты являются ведущими мотивами при выборе родителями занятий для своих детей вне школы.

6. Представленная и апробированная психокоррекционная программа для юных спортсменов командных видов спорта позволяет структурно и прицельно осуществлять психологические интервенции, а комплекс предложенных мер психолого-педагогического сопровождения объединяет усилия педагогов – тренеров, родителей юных спортсменов и психологов в сфере спорта для повышения спортивной результативности юных спортсменов и последующего роста спортивного мастерства. В результате проведения формирующего эксперимента зафиксировано повышение уровня психологической подготовленности юных спортсменов ($p \leq 0,01$).

Практические рекомендации

1. Проведение мониторинга показателей сферы психических процессов и состояний юных спортсменов занимающихся командными видами спорта позволяет учитывать уровень развития психических особенностей и особенностей психомоторики в целенаправленной спортивной подготовке юных спортсменов.

2. Психологическая подготовка юных спортсменов командных видов спорта необходима для формирования успешной психологической подготовленности при занятиях командными видами спорта, что способствует повышению спортивной результативности и в целом повышает мотивацию к занятиям у детей группы начальной подготовки.

3.Создание и реализация комплексных мер психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов в командных видах спорта возможно при участии специалиста в области психологии спорта и требует введения в штат спортивных клубов, ДЮШОР и СДЮШОР должности спортивного психолога.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абагеро, А.Д. Восстановительные средства в тренировочном процессе юных футболистов в экологических условиях среднегорья г. Аддис-Абеба : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Джемаль Абагеро ; Рос. гос. ун-т физ. культуры. – Москва, 1995. – 22 с.
2. Абдулкадыров, А.А. Соотношение физической и технической подготовки юных футболистов 11-14 лет на этапе начальной спортивной специализации : дис. ... канд. пед. наук / А.А. Абдулкадыров ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1982. – 151 с.
3. Аболин, А.М. О Методическом подходе при изучении влияния эмоциональной возбудимости на деятельность спортсменов / А.М. Аболин // Материалы 2-го Всесоюзного симпозиума «Психический стресс в спорте». – Пермь : ПГПИ, 1975. – С. 30–31.
4. Абу, Аабид Ж.М. Стандартные уровни меры и критерии оценки здоровья и пригодности к труду учащихся иорданской школ / Ж.М. Абу Аабид. – Иордания : Амман, 2002. – 230 с. (قياس مستويات معيارية للياقة البدنية المرتبطة بالصحة للمرحلة)
(الاساسية في المدارس الاردنية – جمال ابو عابد – عمان)
5. Абу, Аль Таеб Х.И. Анализ уровня физической подготовки молодых игроков (11-16 лет) / Х.И. Абу Аль Таеб. – Ирак-Багдад, 1999. – 290 с. (قياس اللياقة)
ابو الطيب حسن ابراهيم – العراق – بغداد(12-6) (البدنية لتلاميذ في الاردن من
6. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская. – Москва : Наука, 1980. – 336 с.
7. Алексеев, А.А. Особенности соревновательной деятельности юных футболистов / А.А. Алексеев // Оптимизация подготовки квалифицированных спортсменов : сб. науч. тр. / Урал. гос. акад. физ. культуры. – Челябинск, 1996. – С. 48–50.
8. Алексеев, А.А. Тренеру о воспитании юных футболистов : учебно-методическое пособие / А.А. Алексеев, С.Н. Бекасова ; С.-Петербур. гос. ун-т физ.

культуры им. П.Ф. Лесгафта. – 2-е изд. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2001. – 113 с.

9. Алексеев, А.В. Преодолей себя. Психическая подготовка спортсменов к соревнованиям / А.В. Алексеев. – Москва : Советский спорт, 2007. – 280 с.

10. Алешков, И.А. Опыт психологического анализа спортивной деятельности / И.А. Алешков // Психология спортивной деятельности. – Москва : ВНИИФК, 1978. – С. 7–12.

11. Алов, В.А. Комплекс препятствий для развития и оценки ловкости юных футболистов / В.А. Алов ; Ком. по физ. культуре и спорту при СМ РСФСР ; Науч.-техн. центр. – Москва : Физкультура и спорт, 1974. – 7 с. : ил.

12. Аль, Арджа М.И. Детский уличный футбол в Иордании = Children's street football in Jordan / Мухаммед Аль Арджа ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург) // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 7–11. – Библиогр.: с. 10–11.

13. Аль, Арджа М.И. Задачи спортивного психолога футбольной команды / М.И. Аль Арджа // Вестник Балтийской Педагогической Академии : Актуальные психолого-педагогические проблемы обучения, воспитания, физической культуры и спорта учащихся и студентов / Балт. пед. акад. ; гл. ред. И.П. Волков. – Санкт-Петербург, 2012. – Вып. 104. – С. 46–50. – Библиогр.: с. 50.

14. Аль, Арджа М.И. Футбол в Иордании как средство сохранения здоровья народа / М.И. Аль Арджа // Вестник интегративной психологии. – Ярославль, 2013. – Вып. 11. – С. 33–34.

15. Аль, Аржан В.А. Физическая подготовленность учащихся в частных и государственных школах / В.А. Аль Аржан, Ж.Ф. Абид Аль Рахим. – Амман : Акаба, 2004. – 690 с. (مقارنة اللياقة البدنية المرتبطة لدى طلاب مدارس خاصة ومدارس حكومية –وليد) (احمد العرجان و جعفر فارس عبد الرحيم -عمان -العقبة)

16. Аль, Зин Н.А. Зачем нужна разминка в футболе / Н.А. Аль Зин. – Иордания : Петра, 2010. – 310 с. (–الاردن البتراء 2010 ضرورة الاحماء الرياضي د نزار الزين .)

17. Аль, Масри К.А. Спорт, общество и религии / К.А. Аль Масри, З.А.

Фахури. – Амман – Ливан : Траблос, 2007. – 590 с. (رياضة و تاجتمع و الديانة – كاتلين احمد)
(عمان – الاردن و لبنان – طرابلس 2007المصري وزياد احمد الفاخوري)

18. Аль, Рифаи, Х. М, Развитие мышечной силы, гибкости и аэробных возможностей молодежи в занятиях спортом / Х.М. Аль Рифаи. – Иордания : Ирбид, 2000. – 340 с. (القوة العضلية و المرونة و القدرة الهوائية لدى الناشئين الاردنيين المتدربين و)
(المتدربين- هزاع محمد الرفاع 2000غير)

19. Аль, Хули А.М. Психология спорта / А.М. Аль Хули. – Амман – Иордания : Альжибиха, 2004. – 130 с. (عمان – الجبيهه 2004علم النفس الرياضي – امين الخولي)

20. Альфаез, С.Х. Физиологическая характеристики тела в подготовке футболистов / С.Х. Альфаез. – Иордания : Альлубан, 2004. – 190 с. (الخصائص -)
(– الاردن – اللبن 2004الفسيوولوجية للجسم خلال مراحل التدريب – سامي خليل الفايز -)

21. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – Ленинград : Изд. ЛГУ, 1968. – 339 с.

22. Андреев, С.Н. Футбол – твоя игра / С.Н. Андреев. – Москва : Просвещение, 1989. – 144 с.

23. Арбузин, И.А. Развитие игрового мышления у юных футболистов 12 – 13 лет : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Арбузин Игорь Александрович ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск, 2006. – 179 с.

24. Арестов, Ю.М. Подготовка футболистов высших разрядов : учебное пособие для слушателей ВШТ / Ю.М. Арестов, М.А. Годик ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1980. – 127 с. : ил.

25. Аркадьев, Б.А. Тактика футбольной игры / Б.А. Аркадьев. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1962. – 168 с. : ил.

26. Ахмед, Р.А. Формирование у юных футболистов быстроты и точности переработки информации в условиях игровой деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Рамидан А. Ахмед ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1995. – 22 с.

27. Бабушкин, Г.Д. Влияние психической готовности на состояние и результативность спортсмена / Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, А.Н. Соколов // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2008. – № 2 (33). – С. 72–76.

28. Бабушкин, Г.Д. Повышение результативности соревновательной деятельности в спортивных играх на основе развития у спортсменов помехоустойчивости / Г.Д. Бабушкин, Ю.В. Яковых // Актуальные вопросы развития детского и юношеского футбола : 2-я регион. науч.-практ. конф. тренеров, преподавателей, инструкторов по футболу, руководителей физкультурно-спортивных учреждений. – Омск, 2007. – С. 67–79.

29. Бабушкин, Г.Д. Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности / Г.Д. Бабушкин, Е.В. Кулагина. – Омск : Изд-во СибГАФК, 2001. – 109 с. – Библиогр.: с. 90–100.

30. Бадран, А.Х. Физические и психологические основы спорта / А.Х. Бадран. – Иордания : Амман, 2009. – 120 с. (الاسس النفسية والبدنية و الرياضية – د عمرو حسن) (عمان – الاردن 2009 بدران)

31. Бальсевич, В. К. Тренер и родители / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. -1995. - № 10. - С. 36

32. Басим, Ф. Абас. Контроль за технической подготовленностью юных футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ф. Абас Басиль ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1984. – 26 с.

33. Батрова, О.Ф. Повышение соревновательной надежности фигуристов на основе учета их личностных характеристик : автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.Ф. Батрова ; МОГИФК. – Малаховка, 1992. – 24 с.

34. Баша, С.Ф. Физические и квалификационные требования к отбору в современном футболе / С.Ф. Баша. – Иордания : Амман, 2010. – 290 с. (لمتطلبات) (عمان 2010 البدنية مهارية لكرة القدم الحديثه د. صفا فتحي باشا)

35. Безносков, С.П. Профессиональная деформация личности / С.П. Безносков. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 272 с.

36. Беленко, И.С. Психофизиологические особенности у юных спортсменов игровых видов спорта разного возрастного периода развития и тренированности» / И.С. Беленко // Вестник ТГПУ. – 2009. Вып. 3 (81). – С. 54.

37. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация

человека / Ф.Б. Березин. – Ленинград : Наука, 1988. – 270 с.

38. Биспен, Е.Р. Воспитание смелости и решительности в процессе спортивной тренировки футболистов 13-15 лет : дис. ... канд. пед. наук / Е.Р. Биспен ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1991. – 171 с.

39. Биспен, Е.Р. Воспитание смелости и решительности в процессе спортивной тренировки футболистов 13-15 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Е.Р. Биспен ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1992. – 23 с.

40. Бобрищев, А.А. Многомерная оценка вклада основных компонентов психологической готовности в экстремальных ситуациях / А.А. Бобрищев, В.Ю. Рыбников // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2008. – № 4 (35). – С. 22–25.

41. Бодров, В.А. Психология профессиональной пригодности : учебное пособие для вузов / В.А. Бодров. – Москва : ПЕР СЭ, 2001. – 511 с.

42. Бодров, В.А. Современные исследования фундаментальных и прикладных проблем психологии профессиональной деятельности. Часть I. / В.А. Бодров // Психологический журнал. – 2008. – Т. 29, № 5. – С. 83–89.

43. Бодров, В.А. Экспериментально-психологическое исследование совмещенной операторской деятельности / В.А. Бодров // Методология инженерной психологии, психологии труда и управления / под ред. Б.Ф. Ломова и В.Ф. Венды. – Москва : Наука, 1981. – С. 192–209.

44. Брагинский, А. Взаимосвязь эффективности выполнения футболистами индивидуальных тактических действий с показателями, психических процессов / А. Брагинский // Теория и практика футбола. – Москва, 2001. – С. 90–92.

45. Брушлинский, А.В. О критериях субъекта и его деятельности / А.В. Брушлинский // Психология субъекта профессиональной деятельности / под ред. А.В. Брушлинского и А.В. Карпова. – Москва ; Ярославль : Ин-т психологии РАН, 2001. – С. 5–23.

46. Брянкин, С.В. Структура и функции современного спорта / С.В. Брянкин ; Комитет по физической культуре и спорту при Совете Министров РСФСР, Московский областной государственный институт физической культуры. – Москва : [б. и.], 1983. – 72 с.
47. Букова, Л.М. Психологические особенности личности и перспективность юных футболистов / Л.М. Букова, В.Ф. Кровяков // Педагогика и психология. – 2012. – № 9. – С. 25–29.
48. Бутов, С.Е. Соотношение средств общей физической подготовки в направленном воспитании физических способностей у юных футболистов на этапе начальной спортивной специализации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.Е. Бутов ; Киев. гос. ин-т физ. культуры – Киев, 1989. – 22 с.
49. Бэтти, Э. Современная тактика футбола : перевод с английского / Э. Бэтти ; Предисл. Е. Горянского. – Москва : Физкультура и спорт, 1974. – 199 с.
50. Вайнберг, Р. Стратегия тренерской деятельности с целью формирования самоуверенности спортсменов / Р. Вайнберг, Р. Гров, А. Джексон // Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов : хрестоматия / Сост.: И.П. Волков, Н.С. Цикунова. – Москва, 2005. – С. 219–222.
51. Васильев, К.И. Результативность соревновательной деятельности и функциональное состояние высококвалифицированных бадминтонистов / К.И. Васильев, Ю.В. Корягина, Л.Г. Рогулева // Омский научный вестник. – 2012. – № 3 (109). – С. 174–177.
52. Васкес, Л.П. Индивидуализация технико-тактической подготовки юных футболистов 16-17 лет : дис. ... канд. пед. наук / Леонард Педро Васкес ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1984. – 314 с.
53. Винник, В.А. Спорт и нравственность: ценностные ориентации высококвалифицированных спортсменов / В.А. Винник // Нравственный потенциал спорта : Матер. IV Всесоюзного. методологич. семинара Суздаль, 10 – 12 марта 1988 г. – Москва, 1989. – С. 86–88.
54. Волков, И.П. Оценочные стереотипы восприятия и понимания тренером

себя и других / И.П. Волков // Практикум по спортивной психологии / Под ред. И.П. Волкова. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – С. 133–136.

55. Волков, И.П. Регуляция психических состояний спортсменов в период подготовки к соревнованиям : методические рекомендации / И.П. Волков ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград : [б. и.], 1988. – 23 с.

56. Воронова, В.И. Психологические параметры квалифицированных футболистов, влияющие на успешность их соревновательной деятельности / В.И. Воронова, С.Е. Шутова, У.В. Корнейко // Физическая культура, образование, здоровье : междунар. сб. статей науч.-практ. конф. ВЛГИФК, 12-13 дек. 2009 г. / Великолукский ин-т физ. культуры. – Великие Луки, 2010. – С. 50–58.

57. Вотик, Я. Зависимость эффективности игровой деятельности от уровня развития быстроты у юных футболистов различных возрастных групп : дис. ... канд. пед. наук / Я. Вотик ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1984. – 163 с.

58. Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л.С. Выготский. – Москва : Педагогика, 1984.

59. Выжгин, В.Л. Исследование эффективности методики обучения детей 11-12 лет технике футбола : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Л. Выжгин ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1972. – 17 с.

60. Вяткин, Б.А. Избранные психологические исследования индивидуальности: теория, эксперимент, практика / Б.А. Вяткин. – Пермь : Книжный мир, 2005. – 390 с. : ил., портр. – Библиогр. в конце гл.

61. Вяткин, Б.А. Личность и стресс / Б.А. Вяткин, В.С. Мерлин // Материалы 2-го Всесоюзного симпозиума «Психический стресс в спорте». – Пермь : ПГПИ, 1975. – С. 5–12.

62. Вяткин, Б.А. О системном анализе психических состояний / Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман // Новые исследования в психологии. – 1987. – № 1 (36). – С. 3–7 ; № 2. – С. 3–7.

63. Вяткин, Б.А. Темперамент и способности к спортивной деятельности /

Б.А. Вяткин // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – С. 116–117.

64. Гагаева, Г.М. Особенности состояния психологической готовности футболистов к ответственным соревнованиям : автореф. канд. дис. / Г.М. Гагаева. – Москва, 1961. – 15 с.

65. Гагаева, Г.М. Психологическая подготовка спортсменов-футболистов к предстоящему соревнованию / Г.М. Гагаева // Доклады III Всесоюзного совещания по психологии спорта. – Москва, 1960. – С. 24–26.

66. Гагаева, Г.М. Психология футбола / Г.М. Гагаева. – Москва : Физкультура и спорт, 1969. – 215 с.

67. Гаджиев, Г.М. Контроль соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов : методические рекомендации / Г.М. Гаджиев, М.А. Годик, Г.С. Зонин. – Москва, 1982. – 26 с.

68. Гальперин, А.М. Обучение юных футболистов тактике: в помощь преподавателям и тренерам / А.М. Гальперин. – Москва : Физкультура и спорт, 1958. – 118 с.

69. Гамональ, А.С. Воспитание общей выносливости у юных футболистов 12-13 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.С. Гамональ ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1985. – 22 с.

70. Ганзен, В.А. Системные описания в психологии / В.А. Ганзен. – Ленинград : ЛГУ, 1984. – 175 с.

71. Ганюшкин, А.Д. Соревновательный стресс и психическая готовность спортсмена / А.Д. Ганюшкин // Материалы второго Всесоюзного симпозиума «Психический стресс в спорте». – Пермь : ПГПИ, 1975. – С. 13.

72. Герасименко, А.П. Исследование эффективности методов развития объема и распределения внимания их на некоторые стороны подготовки юных футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.П. Герасименко ; Всероссийский научно-исследовательский ин-т физ. культуры и спорта. – Москва, 1974. – 21 с.

73. Годик, М.А. Комплексная оценка атакующих действий как метод

контроля соревновательной и тренировочной деятельности в футболе : методические рекомендации / М.А. Годик. – Москва, 1984. – 44 с.

74. Горбов, Ф.Д. О «помехоустойчивости» оператора / Ф.Д. Горбов // Инженерная психология. – Москва : МГУ, 1964. – С. 340–357.

75. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. – Москва : Советский спорт, 2006. – 294 с.

76. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. // Краснодар, КубГУФКСТ, 2008. – 220 с.

77. Григорьянц, И.А. Проблема готовности к соревнованию в спорте / И.А. Григорьянц // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 4. – С. 37–38.

78. Гунажоков, И.К. Основные тенденции развития современного футбола / И.К. Гунажоков // Материалы I Международной электронной научной конференции «Физическая культура, спорт, биомеханика» / Адыгейский университет. – 2006. – С. 53–59.

79. Джармен, Д. Футбол для юных / Д. Джармен. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 61 с.

80. Дикая, Л.Г. Актуальные проблемы и перспективы исследований в психологии труда в условиях глобализации / Л.Г. Дикая // Психологический журнал. – 2007. – № 3. – С. 29–44.

81. Дикая, Л.Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности : автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Дикая Лариса Григорьевна. – Москва, 2002. – 35 с.

82. Дружинин, В.Н. Предисловие / В.Н. Дружинин // Психические состояния. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – С. 7–8.

83. Дьяченко, М.И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск : БГУ, 1976. – 176 с.

84. Железняк, Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Ю.Д. Железняк ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1981. – 48 с. : ил.

85. Завалова, Н.Д. Методологические вопросы анализа познавательных процессов оператора в критических ситуациях / Н.Д. Завалова, В.В. Лапа, В.А. Пономаренко // Вопросы кибернетики. Проблемы измерения психических характеристик человека в познавательных процессах. – Москва : Наука, 1980. – С. 132–147.
86. Загайнов, Р.М. Исследование психических состояний, возникающих в связи со значимой деятельностью в спорте : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Р.М. Загайнов. – Ленинград, 1982. – 21 с.
87. Загайнов, Р.М. Исследование психических состояний, возникающих в связи со значимой деятельностью в спорте (на материале бокса) : автореф. ... дис. канд. психол. наук / Р.М. Загайнов ; Лен. гос. ун-т. – Ленинград, 1972. – 18 с.
88. Задиран, С.Н. Воздействие соревновательных нагрузок на организм юных футболистов 16-17 лет в годичном цикле тренировки : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.Н. Задиран ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1992. – 24 с.
89. Зараковский, Г.М. Психологические критерии сложности процесса принятия решения человеком-оператором / Г.М. Зараковский, В.Д. Магазаник // Методология инженерной психологии, психология труда и управления / под ред. Б.Ф. Ломова и В.Ф. Венды. – Москва : Наука, 1981. – С. 63–78.
90. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Формы и методы работы со сказками / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Санкт-Петербург : Речь, 2008. – 240 с.
91. Золотарев, А.П. Возрастная динамика ловкости и техники владения мячом в условиях скоростных передвижений у юных футболистов 9-17 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.П. Золотарев ; Московский обл. гос. ин-т физ. культуры. – Малаховка, 1987. – 22 с. : ил.
92. Золотарев, А.П. Некоторые особенности соревновательной деятельности юных футболистов 9-17 лет / А.П. Золотарев // Методика совершенствования и контроля координационных способностей юных футболистов : учебно-методическое пособие. – Краснодар, 1991. – С. 12–16.

93. Изат, Х.Х. Роль физической культуры и спорта в защите от стресса / Х.Х. Изат. – Иордания –Ирбид, 2007. – 360 с. (البدنية و الرياضية) في دور التربية (2007) (مواجهة الضغوط النفسية- خالد حسين عزت(– اردن – اربد)
94. Ильин, Е.П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург и др. : Питер, 2008. – 428 с. : ил. – (Мастера психологии). – Библиогр.: с. 387–424 (793 назв.).
95. Ильин, Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 701 с.
96. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2010. – 352 с.
97. Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 383 с.
98. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека / Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 412 с.
99. Ильин, Е.П. Стили спортивной деятельности / Е.П. Ильин // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – С. 129–132.
100. Ильин, Е.П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния / Е.П. Ильин // Теория функциональных систем в физиологии и психологии. – Москва : Просвещение, 1978. – С. 325–346.
101. Илюхина, В.А. Комплексный подход к изучению адаптивных системных реакций и функциональных состояний человека. Сообщение 1. Временной фактор в формировании субкомплексов системных физиологических показателей динамики функциональных состояния и аппаратурное обеспечение исследований / В.А. Илюхина, С.Г. Данько // Физиология человека. – 1986. – № 1. – С. 25–37.
102. Иманалиев, Т.Т. Сопряженная физическая и технико-тактическая подготовка футболистов на этапе спортивного совершенствования : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.Т. Иманалиев ; ЦНИИ спорта. – Москва, 1993. – 24 с.

103. Карлышев В.М., Уфимцев А.В., Деменьшин В.П. Психологические аспекты многолетней подготовки хоккеистов : учеб. пособие. Челябинск : Урал ГУФК. 2010. 96 с.).

104. Кардялис, К.К. Влияние знаний о физической культуре и здоровом образе жизни на отношение школьников к физической активности / К.К. Кардялис, И.Ю. Зуозиене // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1999. – № 3-4. – С. 11–15.

105. Карпов, А.В. Метасистемная организация уровневых систем психики / А.В. Карпов. – Москва : Ин-т психологии РАН, 2004. – 504 с.

106. Карпов, В.Е. Совершенствование средств саморегуляции психического состояния хоккеистов высшей квалификации в игровой деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук : Спец. 13.00.04 / Карпов Валерий Евгеньевич ; [Ур. гос. акад. физ. культуры]. – Челябинск, 2002. – 22 с. – Библиогр.: с. 21–22.

107. Киселев, Ю.Я. Оценка эмоционального возбуждения в реальных условиях спортивной деятельности / Ю.Я. Киселев // Стресс и тревога в спорте : международный сборник научных статей. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – С. 99–107.

108. Киселев, Ю.Я. Победы! Размышления и советы психолога спорта / Ю.Я. Киселев. – Москва : Спорт-Академ-Пресс, 2002. – 326 с.

109. Киселев, Ю.Я. Управление психологической подготовкой в спорте / Ю.Я. Киселев, В.Р. Малкин. – Москва : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.

110. Киселева, М.Б. Арт-терапия в работе с детьми : руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.Б. Киселева. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 160 с.

111. Китаева, М.В. Психология победы в спорте / М.В. Китаева. – Ростов–на–Дону : Феникс, 2006. – 203 с.

112. Климов, Е.А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – Москва ; Воронеж : Ин-т практической психологии ; «МОДЕК», 1996. – 400 с.

113. Ковалев, В.В. Соотношение тренировочных нагрузок у футболистов 14-15 лет с различным биологическим возрастом : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.В. Ковалев ; Всероссийский научно-исследовательский ин-т физ. культуры и спорта. – Москва, 1986. – 20 с.

114. Колмен, М. Нечестный футбол / [Майкл Колмен; пер. с англ.: А.Н. Цареградская]. – Москва : АСТ Астрель, 2001. – 140 с. : ил. – (Для умных, но ленивых). – Указ. в конце кн.

115. Корягина, Ю.В. Развитие специфических видов сенсомоторных реакций в тренировочном процессе бадминтонистов / Ю.В. Корягина // Омский научный вестник. – 2008. – № 1 (63). – С. 142–144.

116. Котенев, И.О. Террористический акт в Буденновске: постстрессовые состояния у работников милиции / И.О. Котенев, М.Б. Богданова // Известия МЦПО и КНИ / МВД России, ГУК. – 1996. – № 3. – С. 49–53.

117. Кошбахтиев, И.А. Педагогическая характеристика индивидуальных тактических действий футболистов с мячом и обоснование средств их совершенствования : автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.А. Кошбахтиев ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1975. – 18 с.

118. Краткий словарь по социологии / под общ. ред. Д.М. Гришиани и Н.И. Лапина ; сост.: Э.М. Коржева и Н.Ф. Наумова. – Москва : Политиздат, 1988. – 479 с.

119. Кретти, Б.Д. Психология в современном спорте : перевод с английского / Б.Д. Кретти. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.

120. Крылов, А.А. Психология : учебник / А.А. Крылов, В.М. Аллахвердов. – Москва : ПРОСПЕКТ, 1998. – 584 с.

121. Кудря, Н.С. Суточная ритмическая организация физиологических и психологических показателей школьников 12-16 лет / Н.С. Кудря, Ю.В. Корягина // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2012. – № 2. – С. 17–21.

122. Кудрявцев, В.Д. Исследование физических качеств мальчиков 11-14 лет и их прогностическое значение для отбора в группы подготовки юных

футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Д. Кудрявцев ; Всероссийский научно-исследовательский ин-т физ. культуры и спорта. – Москва, 1978. – 24 с.

123. Кузнецов, В.С. Прикладная физическая подготовка. 10-11 классы / В.С. Кузнецов. – Москва : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 184 с.

124. Куликов, Л.В. Психогигиена личности. Основные понятия и проблемы : учебное пособие / Л.В. Куликов. – Санкт-Петербург : Речь, 2000. – 150 с.

125. Кун, Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Лео Кун. – Москва : Радуга, 1982. – 400 с.

126. Кунат, П. Ролевое и нормативное поведение в спорте / П. Кунат // Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов : хрестоматия / Сост.: И.П. Волков, Н.С. Цикунова. – Москва, 2005. – С. 99–194.

127. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс / Р. Лазарус. – Ленинград : Медицина, 1970. – 380 с.

128. Левитов, Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. – Москва : Просвещение, 1964. – 320 с.

129. Лексаков, А.В. Планирование силовой подготовки в структуре нагрузок подготовительного периода у футболистов групп спортивного совершенствования : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.В. Лексаков ; Рос. гос. ун-т физ. культуры. – Москва, 1998. – 28 с.

130. Ленц, Н.А. Оптимизация подготовки спортсменов в различных климато-географических условиях / Н.А. Ленц. – Москва : ОК России, 2004.

131. Леонтьев, А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев. – Москва : Мысль, 1965. – 573 с.

132. Лисенчук, Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – Киев : Олимп. литература, 2004. – 213 с.

133. Ложкин, Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум : учебное пособие / Г.В. Ложкин. – Киев : Освіта України, 2011. – 484 с.

134. Лозовая, Г.В. Психические состояния человека как проблема

предмета современной психологии спорта / Г.В. Лозовая // Вестник Балтийской педагогической Академии. – Санкт-Петербург : БПА, 2000. – С. 11–15.

135. Ломов, Б.Ф. Системный подход и система детерминизма в психологии / Б.Ф. Ломов // Психологический журнал. – 1989. – № 4. – С. 19–33.

136. Лубышева, Л.И. Ценности физической культуры в здоровом стиле жизни / Л.И. Лубышева, В.К. Бальсевич // Материалы международной конференции «Современные исследования в области спортивной науки». – Санкт-Петербург : НИИФК, 1994.

137. Люкшинов, Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов : научно-методическое пособие / Н.М. Люкшинов. – Москва : Советский спорт, 2003. – 415 с.

138. Люкшинов, Н.М. Формирование модельных характеристик соревновательной деятельности футболистов на основе анализа игр чемпионатов мира и СССР : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.М. Люкшинов. – Ленинград, 1989. – 21 с.

139. Маклаков, А.Г. Профессиональный психологический отбор персонала. Теория и практика / А.Г. Маклаков. – Санкт-Петербург и др. Санкт-Петербург : Питер Питер Пресс, 2008. – 479 с. : ил. – (Учебник для вузов). – Библиогр. в конце разделов и в подстроч. примеч.

140. Максименко, И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх / И.Г. Максименко. – Луганск : Знание, 2000. – 276 с.

141. Малафеев, В.А. Биографический метод в изучении личности выдающихся футболистов / В.А. Малафеев // Вестник Балтийской Педагогической Академии. – Санкт-Петербург, 2012. – Вып. 106. – С. 123–126.

142. Марищук, В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – Санкт-Петербург : Сентябрь, 2001. – 259 с. : ил. – Библиогр.: с. 255–257.

143. Мартенс, Р. Социальная психология и спорт / Р. Мартенс. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 176 с.

144. Марфи, П. Особенности социализации мужчин и женщин под влиянием ценностей спорта / П. Марфи, В. Леонард // Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов : хрестоматия / Сост.: И.П. Волков, Н.С. Цикунова. – Москва, 2005. – С. 273–281.

145. Матвеев, Л.П. Спортсменам о спортивной форме / Л.П. Матвеев. – Москва : Физкультура и спорт, 1966. – 56 с.

146. Матвеева А. В. Формирование физической культуры личности детей старшего дошкольного возраста с учетом их половых различий : автореф. дис. ... канд. педагогич. наук. СПб., 2008.

147. Махфуз, А.М. Психологическая подготовка к спортсменам / М.А. Махфуз. – Иордания : Петра, 2009. – 218 с. (اعداد النفسي للرياضيين – د. عبد الرحمن محفوظ) (- الاردن – البتراء 2009 مصطفى -)

148. Мельников, В.М. Некоторые проблемы психологической подготовки спортсменов / В.М. Мельников, В.Н. Непопалов // Вопросы психологии. – 1986. – № 1. – С. 108–112.

149. Митлик, М.А. Уровни физической подготовки и развития ловкости в обучении футболистов младшего возраста (8-12 лет) / М.А. Митлик. – Иордания : Аль Зарка, 2007. – 480 с. (نة – مؤيد عبدالله) 2007 مستوى اللياقة و البراعة لدى لاعبين ناشئين من (مطلق الز)

150. Муфид, А.И. Измерение уровня физической и психической пригодности молодых иорданцев к футболу (12-15 лет) / А.И. Муфид. – Амман, 1999. – 206 с. (سنة – ابراهيم عفيف) ١٥-١٢ قياس مستوى اللياقة البدنية والنفسية للناشئين اردنيين من (.) (مفيد – عمان)

151. Мясищев, В.Н. Психические состояния и отношения человека / В.Н. Мясищев // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 1966. – № 1-2. – С. 8–14.

152. Насир, А.А. Основы отбора юных спортсменов / А.А. Насир. – Иордания : Аль Зарка, 2012. – 260 с. (2012 اسس انتقاء الناشئين رياضيا - د. احمد عبدالله نصر) (الاردن – الزرق)

153. Некрасов, В.П. Психофизиологические аспекты реализации резервных возможностей спортсмена / В.П. Некрасов // Проблема резервных возможностей человека / Под ред. В.В. Кузнецова. – Москва, 1985. – С. 59–67.
154. Некрасова, Ю.Б. О психических состояниях, их диагностике, управлении и направленном формировании (в процессе социореабилитации заикающихся) / Ю.Б. Некрасова // Вопросы психологии. – 1994. – № 6. – С. 37–41.
155. Немчин, Т.А. Состояние нервно-психического напряжения / Т.А. Немчин. – Ленинград : ЛГУ, 1983. – 167 с.
156. Никитина, О.С. Уверенность в своих силах как фактор достижения успеха в деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / О.С. Никитина ; Лен. гос. ун-т им. А.А. Жданова. – Ленинград, 1981. – 15 с.
157. Никифоров, Г.С. Надежность профессиональной деятельности / Г.С. Никифоров. – Санкт-Петербург : ЛГУ, 1996. – 176 с.
158. Николаев, А.Н. Адаптированность футболистов к матчам на «чужом» поле как компонент состояния предстартовой готовности / А.Н. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 5. – С. 31–33.
159. Николаев, А.Н. Методика изучения предстартовых психических состояний спортсменов / А.Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности : материалы 4-й межвузовской научной конференции. – Санкт-Петербург, 2001. – С. 81–85.
160. Николаев, А.Н. Новый метод определения нелинейных корреляционных взаимосвязей в психологических исследованиях / А.Н. Николаев // Психологические основы педагогической деятельности. – Санкт-Петербург, 2001. – С. 85–87.
161. Нистратов, Е.Д. Оптимизация структуры тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки юных футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Е.Д. Нистратов ; Великолукский гос. ин-т физ. культуры. – Смоленск, 2000. – 19 с.
162. Нифонтов, М.Ю. Критерии психологического отбора футболистов на

этапе спортивного совершенствования : дис. ... канд. психол. наук : 13.00.04 : защищена 23.12.10 / Нифонтов Максим Юрьевич ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург, 2010. – 195 с. – Библиогр.: с. 165–184.

163. Новиков, Б.И. К вопросу о предигровых психических состояниях футболистов высшей квалификации / Б.И. Новиков // Психологическая подготовка спортсменов различных видов спорта к соревнованиям. – Москва, 1968. – С. 33–38.

164. Новиков, Б.И. Предигровые состояния футболистов высшей квалификации / Б.И. Новиков // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – С. 303–308.

165. Орлов, Г.С. Формирование мобилизационной готовности высококвалифицированных футболистов к соревнованиям : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : защищена 25.05.06 / Орлов Геннадий Сергеевич ; С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2006. – 175 с. – Библиогр.: с. 145–162.

166. Палфай, Я. Подготовка молодого футболиста : [перевод с венгерского] / Я. Палфай. – Москва : Физкультура и спорт, 1973. – 216 с.

167. Папьян, Г.Г. Сравнительная характеристика средств технико – тактической подготовки юных футболистов в связи с особенностями соревновательной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г.Г. Папьян ; Всероссийский научно-исследовательский ин-т физ. культуры и спорта. – Москва, 1983. – 24 с.

168. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / С.Д. Неверкович [и др.] ; под ред. С.Д. Неверковича. – Москва : Академия, 2010. – 336 с.

169. Переверзин, И.И. О структуре современного спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов / И.И. Переверзин, Ф.П. Суслов // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 5. – С. 57–61.

170. Петренко, С.И. Влияние индивидуально-психологических качеств

футболистов на уровень их технической и физической подготовленности / С.И. Петренко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков, 1993. – С. 57–64.

171. Петруняк Д. Б. Трудности взаимодействия в системе «тренер — спортсмен — родители спортсмена» с точки зрения тренера / Д.Б. Петруняк // Научные исследования и разработки в спорте: вестник аспирантуры и докторантуры. СПб. : Изд-во НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2014. Вып. 22. С56—59.

172. Пиняева, С.Е. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости / С.Е. Пиняева, Н.В. Андреев // Вопросы психологии. – 1998. – № 2. – С. 3–10.

173. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 583 с.

174. Платонов, К.К. Структура и развитие личности / К.К. Платонов. – Москва : Наука, 1986. – 256 с.

175. Подласый, И.П. Педагогика: Новый курс : учебник для студ. высш. учеб. заведений В 2 кн. / И.П. Подласый. – Москва : Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.

176. Полишкис, М.С. Личностные факторы эффективности и надежности соревновательной деятельности юных футболистов / М.С. Полишкис, О.В. Дашкевич, И.А. Клесов // Физическая культура. – 1998. – № 2. – С. 47-50.

177. Полишкис, М.С. Футбол : учебник для институтов физической культуры / М.С. Полишкис ; под ред. В.А. Выжигина. – Москва : Физкультура, образование, наука, 1999. – 254 с.

178. Полянчиков, Д.В. Методика формирования игрового внимания у юных хоккеистов 11-12 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Д.В. Полянчиков. – Омск, 2006. – 24 с.

179. Пономарев, Н.И. Предмет теории физического воспитания : [Лекции] / Н.И. Пономарев. – Ленинград, 1975. – 35 с.

180. Попов, А.В. Основы совершенствования техники ударов / А.В. Попов //

Футбол : ежегодник-1981 / Сост.: В.П. Климин, С.А.Савин. – Москва, 1981. – С. 27–29.

181. Попов, Д.В. Взаимосвязь предстартовых состояний тренера и спортсмена (на материале единоборств) : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Д.В. Попов ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2003. – 16 с.

182. Психологическая подготовка спортсмена : сборник работ институтов физической культуры / под ред. П.А. Рудика, А.Ц. Пуни. – Москва : Физкультура и спорт, 1965. – 176 с.

183. Психологическая подготовка спортсменов : учебно-методическое пособие / Сост.А.М. Ахатов, И.В. Работин.– КамГАФКСиТ, 2008. – 56 с.

184. Психологическое обеспечение спортивной деятельности / Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта ; под ред. Г.Д.Бабушкина. – Омск : [б. и.], 2006. – 380 с. – Библиогр.: с. 368–376.

185. Психология : учебник для студентов институтов физической культуры / Под ред. П.А. Рудика. – Москва : Физкультура и спорт, 1974. – 512 с. : ил.

186. Психология физической культуры : учебник для факультетов физической культуры /под ред. проф. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – Сургут : Винчера, 2014. – 602 с.

187. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности : монография / [Л.Г. Уляева, Е.В. Мельник и др.] ; под общ ред. Л.Г. Уляевой. – Москва : Издатель Мархотин П.Ю., 2014. – 236 с.

188. Прохоров, А.О. Психические состояния и их функции / А.О. Прохоров. – Казань : КГУ, 1994. – 182 с.

189. Прохоров, А.О. Психология неравновесных состояний / А.О. Прохоров. – Казань : КГУ, 1998. – 80 с.

190. Психология : учебник для техникумов физической культуры / Под ред. А.Ц. Пуни. – Москва : Физкультура и спорт, 1984. – 255 с. : ил.

191. Пуни, А.Ц. Некоторые психологические вопросы готовности к соревнованию в спорте : избранные лекции / А.Ц. Пуни. – Москва : Физкультура и спорт, 1973. – 31 с.
192. Пуни, А.Ц. Очерки психологии спорта / А.Ц. Пуни. – Москва : Физкультура и спорт, 1959. – 308 с. – Библиогр.: с. 295–306.
193. Пуни, А.Ц. Процесс и система звеньев психологической подготовки к соревнованиям в спорте (психологические аспекты) : избранные лекции / А.Ц. Пуни ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград : [б. и.], 1979. – 51 с.
194. Пуни, А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А.Ц. Пуни. – Москва : Физкультура и спорт, 1969. – 88 с.
195. Пуни, А.Ц. Состояние психической готовности и психологическая подготовка к соревнованиям в спорте / А.Ц. Пуни // Вопросы психологии спорта / Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград : ГДОИФК, 1975.
196. Пшибыльский, В. Физическая подготовленность квалифицированных футболистов различных игровых амплуа / В. Пшибыльский, З. Ястжембский // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 3. – С. 52–55.
197. Ривера, Э.М. Структура физической и технической подготовки юных футболистов на этапе углубленной специализации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Эчивери Мисаэль Ривера ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – Москва, 1995. – 20 с.
198. Родионов, А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – 112 с. – (Наука спорту. Психология).
199. Родионов, А.В. Практическая психология физической культуры и спорта / А.В. Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 160 с.
200. Родионов, А.В. Психологические основы подготовки баскетболистов / А.В. Родионов ; В.И. Воронова. – Киев : Здоровья, 1989. – 132, [3] с. – Библиогр.: с. 134.

201. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта / А.В. Родионов. – Москва : Академический проект, фонд «Мир», 2004. – 576 с.
202. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии : учебное пособие для высш. пед. учеб. заведений и ун-тов / С.Л. Рубинштейн ; Акад.наук СССР ; Ин-т философии. – 2-е изд. – Москва : Учпедгиз, 1946. – 704 с.
203. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – Москва : Питер, 2001. – 720 с.
204. Рудик, П.А. О дидактических принципах сознательности и наглядности и их значении в обучении физическим упражнениям / П.А. Рудик // Теория и практика физической культуры. – 1958. – Т. XXI, Вып. 3. – С. 161–167.
205. Рыбчинский, В.П. Психофизиологические особенности представителей различных видов спорта в период подготовки участия в соревнованиях : дис. ... канд. психол. наук / В.П. Рыбчинский. – Ростов-на-Дону, 2000. – 147 с.
206. Рымашевский, Г.А. Факторы надёжности выполнения технико-тактических действий футболистами высокой квалификации / Г.А. Рымашевский, С.А. Савин // Футбол : ежегодник. – Москва : Физкультура и спорт, 1980. – С. 42–44.
207. Рябухов, Л.И. Формирование и регуляция предстартовых состояний спортсменов : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Л.И. Рябухов. – Санкт-Петербург, 1993. – 21 с.
208. Савин, С.А. Вратарь / С.А. Савин, В.А. Малафеев. – Санкт-Петербург : Человек, 2010. – 192 с.
209. Савин, С.А. Футболист в игре и на тренировке / С.А. Савин. – Москва : Физкультура и спорт, 1975. – 108 с.
210. Салем, Я.А. Скоростно-силовая подготовка юных футболистов учебно-тренировочных групп спортивных школ : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Салем Ясер Абделазим ; ГЦОЛИФК. – Москва, 1989. – 18 с.
211. Свенцицкий А.Л. Социальная психология. М., 2003 ; Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1996 ; Майерс Д. Социальная психология : пер. с

англ. СПб. : Питер, 1996

212. Семин, Д.К. Формирование состояния готовности к игре хоккеистов-юниоров : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Д.К. Семин. – Москва, 2007. – 26 с.
213. Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте / Л.К. Серова. – Москва : Человек, 2011. – 160 с.
214. Серова, Л.К. Психологические основы отбора в игровых видах спорта : дис. ... д-ра психол. наук / Л.К. Серова. – Санкт-Петербург, 1999. – 275 с.
215. Серова, Л.К. Психология личности спортсмена : учебное пособие / Л.К. Серова. – Москва : Советский спорт, 2007. – 116 с.
216. Серова, Л.К. Специфика психологии спорта : учебно-методическое пособие / Л.К. Серова ; С.-Петерб. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2003. – 49 с.
217. Сеченов, М.И. Избранные философские и психологические произведения / М.И. Сеченов. – Москва ; Ленинград : [б.и.], 1975. – 383 с.
218. Сивицкий, В.Г. Система психологического сопровождения в спортивной деятельности / В.Г. Сивицкий // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 6. – С. 40–43.
219. Симонян, Н.П. Футбол – только ли игра? / Н.П. Симонян. – Москва : ФАИР – Пресс, 1998. – 336 с.
220. Сидоров П.И., Парняков А.В. Клиническая психология: учебник. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2008. – 880 с.: илл.)
221. Скоморохов, Е.В. К вопросу об эффективности игры головой в футболе / Е.В. Скоморохов, Л.М. Фомин // Вопросы физической культуры и спорта. – Барнаул : Катунь, 1976. – Вып. 1. – С. 24–25.
222. Сметанин, А.Г. Классификация средств и методов психической подготовки спортсменов / А.Г. Сметанин, А.В. Адамянц // Теория и практика физической культуры и спорта в условиях модернизации образования : Материалы Всеросс. научно-практич. конф. / Удмурт. ун-т. – Ижевск, 2009. – С. 443–444.
223. Смирнов, Б.Н. Психологический анализ развития волевых качеств

спортсменов / Б.Н. Смирнов // Практические занятия по психологии / Под ред. Д.Я. Богдановой, И.П. Волкова. – Москва : Физкультура и спорт, 1989. – С. 106–110.

224. Смирнов, Г.А. О некоторых путях совершенствования точности ударов / Г.А. Смирнов // Футбол : ежегодник. – Москва : Физкультура и спорт 1981. – С. 24–27.

225. Собчик, Л.Н. Стандартизованный многофакторный метод исследования личности : методическое руководство / Л.Н. Собчик. – Москва : ВНИИМТ, 1990. – 75 с.

226. Сосновикова, Ю.Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика / Ю.Е. Сосновикова. – Горький : ГПИ, 1975. – 118 с.

227. Спилбергер, Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч.Д. Спилбергер // Стресс и тревога в спорте : международный сборник научных статей. – Москва : Физическая культура и спорт, 1983. – С. 12–14.

228. Спортивные игры и методика преподавания : учебник для пед. факультетов ин-тов физ. культуры / под ред. Ю.И. Портных. – изд. 2-е, перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 318 с. : ил.

229. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры : учебное пособие / Н.Б. Стамбулова. – Санкт-Петербург : Центр карьеры, 1999. – 367 с. : ил. – Библиогр. в прим. в конце гл.

230. Стансилавская, И.Г. Личные проблемы спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры / И.Г. Стансилавская, И.Б. Иванов // Вестник Балтийской Педагогической Академии. – Санкт-Петербург, 2009. – Вып. 86. – С. 72–79.

231. Столяров, В.И. Спортивно-гуманистическое и олимпийское воспитание детей и молодежи в условиях социализма / В.И. Столяров // Философско-социологические исследования физической культуры и спорта :

ежегодник. Вып. I. Спорт. Культура. Воспитание. – Москва, 1988. – С. 151–160.

232. Суинн, Р.М. Управление стрессом высококвалифицированных спортсменов / Р.М. Суинн // Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов : хрестоматия / Сост.: И.П. Волков, Н.С. Цикунова. – Москва : Советский спорт, 2005. – С. 35–45.

233. Сурков, Е.Н. Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях : словарь-справочник / Е.Н. Сурков ; Под общ. ред. В.У. Агеевца ; С.-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Москва : Физкультура, образование и наука, 1996. – 451 с.

234. Сухачев, С.Г. Индивидуализация развития скоростно-силовых качеств юных футболистов 15-16 лет с учетом периодических изменений их функциональной готовности : дис. ... канд. пед. наук / С.Г. Сухачев ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1989. – 184 с.

235. Сушков, М.П. Футбольный театр / М.П. Сушков. – Москва : Молодая гвардия, 1981. – 224 с.

236. Тахс, Набил А.С. Исследование эффективности применения восстановительных средств при подготовке юных футболистов в экологических условиях жаркого климата Персидского залива : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Тахс Набил Авад Салем ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – Москва, 1997. – 27 с.

237. Темченко, В.А. Социально-психологические особенности футбольной команды в кризисной ситуации / В.А. Темченко, Ю.Э. Яновская // Физическое воспитание студентов. – № 5. – 2008. – С. 82–88.

238. Теплинских, М.В. Успешность профессиональной деятельности специалиста социальной сферы / М.В. Теплинских // Ползуновский вестник. – 2006. – № 3. – С. 253–257.

239. Терентьев, В.Ф. Структура скоростных качеств юных футболистов и методика их формирования : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Терентьев Валентин Федорович ; С.-Петербург. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1995. – 23 с.

240. Уляева, Л.Г. Проблема психологических проявлений индивидуальности в спортивной деятельности / Л.Г. Уляева, Б.Б. Раднагуруев // Материалы Всероссийской научно-методической конф. «Современные технологии в спортивных играх» 12-15 окт. – Омск, 2005. С.71–75.

241. Уэйнберг, Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – Киев : Олимпийская литература, 2001. – 336 с.

242. Фонарев, А.Р. Психология личностного становления профессионала : автореф. дис. ... д-ра психол. наук 19.00.13 / Фонарев Александр Ратмирович ; [Калуж. гос. пед. ун-т им. К.Э. Циолковского]. – Калуга, 2004. – 46 с. – Библиогр.: с. 41–46 (84 назв.).

243. Фриха, Мохамед бен Хабиб. Развитие координации движений и пространственной ориентации юных футболистов 11-13 лет : дис. ... канд. пед. наук / Фриха Мохамед бен Хабиб ; С.-Петерб. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1998. – 122 с.

244. Ханин, Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – Москва : Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.

245. Харитоновна, И.В. Особенности реакции эндокринной и сердечно-сосудистой систем людей с различным типом темперамента на эмоциональный стресс / И.В. Харитоновна, Е.Ю. Горнушкина, В.И. Николаев // Физиология человека. – 2000. – № 3. – С. 121–125.

246. Хорнблоу, Э.Р. Применение зрительно-аналоговой шкалы для оценки тревоги / Э.Р. Хорнблоу // Стресс и тревога в спорте : международный сборник научных статей / Сост. Ю.Л. Ханин. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – С. 165–173.

247. Цуканов, Б.И. Время в психике человека / Б.И. Цуканов. – Одесса : АстроПринт, 2000. – 218 с.

248. Цынгалова, Г.Н. Особенности проявления психич. состояний у спортсменов в условиях соревновательной деятельности / Г.Н. Цынгалова, Ю.В. Лубкин // Дифференцированный подход в физ. воспитании студентов

педагогических институтов : межвузовский сборник научных трудов. – Ленинград, 1986. – С. 135–142.

249. Черникова, О.А. Эмоции в спорте: природа эмоций и их значение в спорте / О.А. Черникова. – Москва : Физкультура и спорт 1962. – 227 с.

250. Черникова, О.А. Эмоции и их значение в спортивной деятельности : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : (21.960) / О.А. Черникова ; Моск. гос. пед. ин-т им. В.И. Ленина. – Москва, 1970. – 34 с. – Список работ авт.: с. 32–34 (31 назв.).

251. Чех, Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку / Е.В. Чех. – Санкт-Петербург : Речь; Москва : Сфера, 2009. – 144 с.

252. Чикова, О.М. Психологические особенности спортивной деятельности и личности спортсмена : учебное пособие для училищ Олимпийского резерва / О.М. Чикова. – Минск : ИПП Госэкономплана РБ, 1993. – 76 с.

253. Чирва, Б.Г. Учет особенностей сенситивных периодов в обучении техническим приемам юных футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Б.Г. Чирва ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – Москва, 1998. – 23 с.

254. Чирков, В.И. Диагностика качественного своеобразия и интенсивности функциональных психофизиологических состояний человека : автореф. ... дис. канд. психол. наук / В.И. Чирков ; Лен. гос. ун-т. – Ленинград, 1983. – 22 с.

255. Шадриков, В.Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В.Д. Шадриков. – Москва : Наука, 1982. – 186 с.

256. Шамардин, В.Н. Особенности планирования физических нагрузок юных футболистов (15-17 лет) в годичном цикле тренировки (на примере специализированных классов по футболу) : методические рекомендации / В.Н. Шамардин ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Ленинград : [б. и.], 1980. – 22 с.

257. Шараф, Альдин Л.А. Спортивный менеджмент / Л.А. Альдин Шараф. – Иордания : Альдин–Амман, 2005. – 210 с. (الادارة الرياضية – د. لطيفة عبدالله شرف الدين) (عمان – الجاردن 2005)

258. Шеленбергер, Б. Социально-психологические факторы успешной командной деятельности в спорте / Б. Шеленнбергер // Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов : хрестоматия / Сост.: И.П. Волков, Н.С. Цикунова. – Москва : Советский спорт, 2005. – С. 119–126.

259. Шестаков, М.М. Футбол: Структура соревновательной деятельности и критерии её эффективности в футболе : учебно-методическое пособие / М.М. Шестаков. – Краснодар, 1993. – 28 с.

260. Шихвердиев, С.Н. Структура и содержание комплексного контроля за подготовленностью юных футболистов 15-16 лет в зависимости от различных режимов тренировочных нагрузок : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С.Н. Шихвердиев ; Гос. ин-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 1992. – 22 с.

261. Шперлинг, К.А. Экспериментальное обоснование методики отбора детей и комплектования учебных групп для занятий футболом : автореф. дис. ... канд. пед. наук / К.А. Шперлинг ; Всероссийский научно-исследовательский ин-т физ. культуры и спорта. – Москва , 1976. – 21 с.

262. Юрченко, В.Н. Исследование психического состояния человека в процессе производственной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / В.Н. Юрченко ; Лен. гос. ун-т. – Ленинград, 1980. – 19 с.

263. Яшин, Л.И. Записки вратаря / Л.И. Яшин. – Москва : Молодая гвардия, 1976. – 147 с. (См. фильм DVD: «Вратарь XX века – Лев Яшин»).

264. Allisson, M.T. New Humanism and International Discourse: Sport and Science as Forms of Cultural Exchange / M.T. Allisson // Sport and Humanism: Proceedings of the International Workshop of Sport Sociology in Japan. – Gotenba, 1988. – P. 21–39.

265. Brengelman, J. Deutsche Waliderung von Fragebogen der Extraversion neurotischen, Tendenz und Regitat, L., exr., angew / J. Brengelman // Psychol. – 1960. – № 7. – P. 291–331.

266. Bangsbo, I. The physiology of soccer – with special reference to intense

intermittent exercise / I. Bangsbo. – Copenhagen : HO+Storm, 1993 – 155 p.

267. Chichester, J.D. The sport psychologist's handbook: A guide for sport-specific performance enhancement / J.D. Chichester, W. Sussex. – Wiley, 2006. – 704 c.

268. Drever, J. A dictionary of Psychology / J. Drever. – Middlesex : NSP, 1974. – 674 p.

269. Ekblom, B. Football (Soccer) / B. Ekblom. – London/Boston : Black-well Sci. Publ., 2005. – 276 p.

270. Eklund, R.C. Psychological foundations of olympic wrestling excellence: Reconciling individual differences and nomothetic characterization / R.C. Eklund, Daniel Gould, S.A. Jackson // Journal of Applied Sport Psychology. – 1993. – Vol. 5, № 1. – P. 35–47.

271. Ethics and sport. Special Issue. International Review for the Sociologie of Sport, vol. 30, N 3/4, 1995.

272. Folkman, S. Cognitive processes as mediators of stress and coping / S. Folkman, C. Schaefer, R. S. Lazarus / V. Hamilton, D. M. Warburton (Eds.). Human stress and cognition: An information processing approach. – N. Y. : Wiley, 1979. – P. 265–298.

273. Hastie, P. The development of skill and tactical competencies during a season of badminton / P. Hastie, O.A. Sinelnikov, A.J. Guarinoc // European Journal of Sport Science. – 2009. – V. 9. – P. 133–140.

274. Kristiansen E. Young elite athletes and social support: Coping with competitive and organizational stress in “Olympic” competition / E. Kristiansen, G.C. Roberts, // Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports. – 2010. – № 20. – P. 686–695.

275. Le, Ny I.F. Le temps de reaction mortice simple considerée comme un indicateur psychologique / Ny I.F. Le // La Raison. – 1956. – V. 2.

276. Malina, R.M. Bioelectric methods for estimating body composition: An overview and discussion / R.M. Malina. – Human Biology, 1987. – P. 329–335.

277. McGuire, William J. The Nature of Attitudes and Attitude Change / William J.

McGuire // Inkeles, Alex and Levinson, Daniel. National Character: the Study of Madal Personality and Sotiocultural System. The Handbook of Sotial Psuchology // G. Lindzey, E. Aronson (eds.). – Calif., L.: 1969. – Vol. 4. – P. 158.

278. McIntosh, P. Motivation of olympic athletes / P. McIntosh // Olympic Review. – 1982. – № 180. – P. 22–31.

279. Morgan, W. Phisical Activity and mental Health / W. Morgan // The Academy Papers. hampaign, H.K.P., 2004. – P. 132 – 145.

280. Sneyers, J. Voetbal trainings book / J. Sneyers. – Meyer a. Meyer Ver-lag, 1997. – 304 p.

281. Violanti, J.M. Suicide in Police Work: Exploring Potential Contributing Influences / J.M. Violanti, D. Fekedulegn, L.E. Charles // Am. J. Crim. Justice. – 2009. – Vol. 34, № 1-2. – P. 41–53.

Список иллюстративного материала

Рисунки:	С.
1. Тип нервной системы юных хоккеистов	59
2. Тип нервной системы юных футболистов	62
3. Значимые взаимосвязи успешности психологической подготовленности и психологических особенностей юных спортсменов командных видов спорта	67
4. Показатели опроса тренеров по футболу юных спортсменов по вопросам спортивного обучения	71
5. Показатели опроса тренеров по футболу юных спортсменов по вопросам спортивного воспитания	72
6. Показатели опроса тренеров юных хоккеистов по вопросам спортивного обучения	74
7. Показатели опроса тренеров юных спортсменов по вопросам спортивного воспитания	75
8. Показатели отношения родителей к вопросам воспитания юных футболистов	77
9. Показатели отношения родителей к вопросам воспитания юных хоккеистов	79
10. Показатели отношения родителей к вопросам воспитания юных спортсменов в командных видах спорта	80
11. Динамика показателей успешности психологической подготовленности юных спортсменов в ходе формирующего эксперимента	94
Схемы:	
1. Система взаимодействия в процессе спортивной подготовки юных спортсменов	82
2. Психолого-педагогическое сопровождение юных спортсменов	88

командных видов спорта

Таблицы:

1.	Параметры пробы реакции на движущийся объект (РДО) юных хоккеистов	57
2.	Параметры свойств нервной системы юных хоккеистов в сравнении с контрольной группой	58
3.	Параметры пробы реакции на движущийся объект юных футболистов	60
4.	Параметры свойств нервной системы юных футболистов в сравнении с контрольной группой	61
5.	Параметры внимания и памяти юных хоккеистов в сравнении с контрольной группой	64
6.	Параметры внимания и памяти юных футболистов в сравнении с контрольной группой	64
7.	Динамика показателей психомоторной сферы юных спортсменов в ходе формирующего эксперимента	93

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Алгоритм анкетного опроса экспертов для выявления отношения тренера к психологической подготовленности юного спортсмена

Для объективизации данных к опросу было привлечено как минимум 3 эксперта, которые непосредственно участвовали в подготовке юных спортсменов командных видов спорта. Как правило эту группу составляли тренер, ассистенты тренера. Вопросы анкеты были максимально приближены к пониманию их тренерским составом экспертов и не включали специальных психологических терминов.

Шаг 1:

Тренерам-экспертам предлагалось оценить своих игроков по следующей шкале:

7 – балльная шкала оценок успешности психологической подготовленности спортсмена.

Инструкция: Оцените спортивную деятельность и психологическую подготовку Вашего игрока в соответствии с 7-балльной шкалой оценок. Данные критерии будут использованы исключительно в научных исследованиях.

7. Высокие навыки игры. Максимально мобилизуется в критических ситуациях. Один из лучших игроков команды.

6. Хорошие навыки игры. Достаточно хорошо работает в критических ситуациях. Перспективный игрок.

5. Хорошие навыки игры. Хорошо выполняет обязанности в обычных условиях. Не всегда мобилизуется в критической и соревновательной деятельности. Средний среди игроков команды.

4. Средние навыки игры. В обычных условиях работает хорошо, усложнение обстановки снижает его работоспособность заметнее, чем у других. Средний среди игроков команды.

3. Средние навыки игры. Способность работать в критических и соревновательных условиях, дается с трудом. Требуется больше внимания, чем большинство игроков команды.

2. Навыки по игре ниже средних. Возможны психологические срывы при работе в критических условиях. Требуется больше внимания, чем большинство игроков команды.

1. Плохие навыки игры. Допускает много ошибок при работе в критических и напряженных условиях. Было бы лучше, если бы он (она), избрал другой вид спорта.

Шаг 2. Оценки выставленные экспертами-тренерами суммировались и вычислялось среднее арифметическое значение балла успешности психологической подготовленности спортсмена. Данное значение находилось в диапазоне от 1 до 7 баллов.

Шаг 3. После уточнения в ходе целенаправленной беседы с тренерами-экспертами, среднее арифметическое затем и вводилось в эмпирическую базу данных.

Приложение Б

Анкеты для родителей и тренеров юных спортсменов

Опросный лист родителей

Анкет № ____

Уважаемый(ая) _____! Прошу поделиться семейным опытом спортивного воспитания вашего ребенка. Заранее благодарю за помощь!

Шкала оценки (балл)

10	Всегда	<p>Инструкция для ответов:</p> <p>Прочтите вопрос. Ознакомьтесь с вариантами ответов на вопросы.</p> <p>Отвечайте на каждый вопрос пользуясь шкалой оценок в баллах.</p> <p>Ваши ответы будут использованы только в научных целях. Обсуждению с тренером, членами команды, родителями не подлежат.</p>
9	Почти всегда	
8	Очень часто	
7	Часто	
6	При необходимости	
5	Иногда	
4	Редко	
3	Очень редко	
2	Почти никогда	
1	Никогда	

1. Как вы относитесь к занятиям вашего ребёнка в спортивной школе?

№№ п/п	Варианты ответов	Оценка (балл)
1.	Моя семья доверяет тренеру воспитание нашего ребенка	
2.	Мы хотим видеть своего ребенка здоровым и весёлым	
3.	Мы спрашиваем своего ребенка о трудностях в спорте	
4.	Мы хотим видеть своего ребенка успешным в школе	
5.	Мы спрашиваем своего ребенка о трудностях в школе	
6.	Члены семьи посещают матчи с участием детей	

7.	В нашей семье любят спорт и TV-трансляции матчей	
8.	Мы хотим видеть своего ребенка успешным в спорте	
9.	Мы хвалим своего ребенка за успехи в спорте	
10.	Мы хвалим своего ребенка за успехи в учёбе	
11.	Дома наш ребенок соблюдает спортивный режим дня	

Что ещё вы хотели бы добавить о спортивном воспитании ваших детей? _____

Сообщите о себе:

1. Ваш возраст ___ (лет); 2. Ваш пол ___ (м, ж);
3. Возраст юного спортсмена _____ (лет.); 4. Пол ребенка _____ (м, ж).
5. Каким видом спорта Вы занимались? _____
7. Кто в семье ещё занимался спортом? _____
8. Ваша профессия (кем работаете?) _____
9. Ваше образование _____
10. Ваш семейный доход (в рублях на члена семьи в месяц) _____
11. Ваши предложения по совершенствованию занятий в спортивной школе:

Опросный лист тренера

Анкет № ___

Уважаемый _____! Прошу Вас поделиться своим тренерским опытом спортивного обучения и воспитания юных спортсменов. Результаты опросов по данной анкете будут использованы для разработки психолого-педагогических рекомендаций тренерам командных видов спорта

Шкала оценки (балл)

10.	Всегда	Инструкция для ответов: Прочтите вопрос. Ознакомьтесь с вариантами ответов
9.	Почти всегда	

8.	Очень часто	на вопросы. Отвечайте на каждый вопрос пользуясь шкалой оценок в баллах. Ваши ответы будут использованы только в научных целях. Обсуждению с тренером, членами команды, родителями не подлежат.
7.	Часто	
6.	При необходимости	
5.	Иногда	
4.	Редко	
3.	Очень редко	
2.	Почти никогда	
1.	Никогда	

1. Какие методы и педагогические приемы **Вы** используете в *спортивном обучении* своих учеников в занятиях?

№№ п/п	Варианты ответов	Ответ (балл)
1.	Инструктирую, объясняю, оцениваю игроков	
2.	Использую пример лучших («делай как они»)	
3.	Указываю на ошибки в игре	
4.	Хвалю учеников за выполнение упражнений	
5.	Обучаю технике индивидуально	
6.	Веду дневник учебно-тренировочной работы (УТР)	
7.	Даю домашние задания	
8.	Показываю видеоролики игр мастеров	
9.	Знакомлю с идеомоторной тренировкой	
10.	Знакомлю с медитацией	
11.	Знакомлю с аутотренинговой тренировкой	

Какие еще методы Вы применяете в спортивном обучении своих учеников?

2. Какие методы и приемы Вы используете в *спортивном воспитании* своих

учеников?

№№ п/п	Варианты ответов	Ответ (балл)
1.	Обсуждаю с родителями воспитательные проблемы	
2.	Слежу за дисциплиной и спортивным режимом учеников	
3.	Контролирую самочувствие и медосмотр учеников	
4.	Поощряю посещение учениками хоккейных матчей	
5.	Слежу за опрятностью спортивной одежды учеников	
6.	Рассказываю об Олимпийских Играх	
7.	Приглашаю на игры родителей учеников	
8.	Провожу родительские собрания	
9.	Провожу собрания команды	
10.	Отчитываюсь на тренерском совете ДЮСШ	
11.	Обсуждаю с родителями режим дня и питание их детей	
12.	Индивидуально беседую с учениками	

Какие ещё методы и приемы вы применяете в решении задач спортивного воспитания юных спортсменов? _____

Сообщите о себе:

3. Ваш возраст ____ (лет); 4. Пол ____ (м, ж); 5 Вид спорта _____

6. Спортивный разряд (квалификация) _____

7. Стаж тренерской работы в данном виде спорта _____ (лет)

8. Ваше образование _____

9. Педагогический стаж (лет) _____.

10. Ваши рекомендации по спортивному обучению, воспитанию, тренировке юных спортсменов: _____

Приложение В

Пример протоколов компьютерного обследования юных спортсменов

Да-л Пал-ко

Дата рождения: 04.04.2007

Пол: мужской

Группа: хоккей

Учетная запись: зз

Создан: 04.04.2014 21:24:59

Последний доступ: 04.04.2014 21:32:43



пакет "Ягуар"

Точность реакции на движущийся объект**Тест "Каскадер"**

дата: 04.04.2014

время: 21:26:42

пройдено: 100%

язык: Русский

длился (секунд): 86

Шкалы

- Время реакции на движущийся объект: 220 мс.
- Количество опережающих реакций: 10
- Количество запаздывающих реакций: 10
- Балльная оценка (из 4): 1
- Время реакции на движущийся объект (для каждой из 20 попыток): -83; -199; -254; -823; -337; -149; 229; 10; -64; -1261; 92; 111; -251; 237; 98; 9; 2; -121; 45; 18; (мс.)

Интерпретация

Скорость сложной сенсомоторной реакции низкая. Такой результат может проявляться у людей с ослабленным зрением. Возможно, вам не составляет труда быстро реагировать на один "нужный" сигнал из множества других, однако все меняется, если эти сигналы находятся в движении. Вам трудно предположить, где будет находиться "нужный" вам сигнал в определенный момент времени. Это может вызывать затруднения в таких сферах деятельности, как управление транспортным средством, контроль различных систем наблюдения. Скорость сложной сенсомоторной реакции часто учитывается при отборе на такие профессии, как водитель, летчик, машинист, оператор сложных технических устройств, диспетчер. Данную реакцию можно тренировать с помощью специальных компьютерных игр-упражнений.



Теппинг-тест

Тест "Дятел"

дата: 04.04.2014

пройдено: 100%

время: 21:28:55

язык: Русский

длился (секунд): 120

Шкалы

- Показатель динамической работоспособности (из 500): 342
- Лабильность двигательного аппарата (из 10): 1
- Тип нервной системы: среднеслабая
- Количество нажатий за каждые 5 секунд: 24; 20; 25; 19; 18; 20; 16; 14; 16; 17; 20; 17; 16; 15; 19; 14; 19; 16; 12; 20; 20; 20; 19; 16;

Интерпретация

Тип нервной системы

Тип нервной системы среднеслабый.

Темп работы снизился после первых 10-15 с. Вы обладаете среднеслабой нервной системой. Этот тип расценивается как промежуточный между средней и слабой силой нервной системы. Время от времени вы подвержены резким сменам настроения, вас легко задеть за живое, вы тонко воспринимаете окружающую действительность. Способны быстро отреагировать на внештатную ситуацию, однако не всегда лучшим образом. В трудных ситуациях способны потерять самообладание, отдаетесь эмоциям. В отличие от людей с сильной нервной системой, вы обладаете повышенной чувствительностью и эмоциональностью. Данные качества могут способствовать более точному восприятию чувств и намерений окружающих людей, что важно при общении как с клиентами, так и с коллегами.

Устойчивость к монотонии (динамика работоспособности в условиях монотонии)

Средняя степень

Устойчивость к монотонии средняя. Вы довольно неплохо переносите длительную монотонную физическую работу, однако при этом может страдать качество деятельности. Для повышения качества выполнения работы вам рекомендуется время от времени чередовать разные виды деятельности и делать перерывы в работе. В сферах труда, где ведущим компонентом является монотонная работа (ручной труд, контроль систем наблюдения, работа на конвейерных заводах, фасовка и т.п.), вам придется прикладывать сравнительно большие усилия, чтобы качество выполняемой вами деятельности не пострадало.

Лабильность двигательного аппарата

Низкая степень

Степень лабильности двигательного аппарата низкая. Занимаясь физическим трудом или выполняя физические упражнения, вам порой нелегко переключиться с одного вида движений на другие (например, сначала закручивание гайки, затем работа с насосом). Для вас предпочтительнее те виды физической деятельности, которые состоят из одного-двух постоянно повторяющихся комплексов движений.



Объем внимания

Тест "Разведчик"

дата: 04.04.2014

пройдено: 100%

время: 21:30:43

язык: Русский

длился (секунд): 53

Шкалы

- Объем внимания (единиц): 4
- Общее количество ошибок: 2
- Балльная оценка (из 9): 3

Интерпретация

Объем внимания средний. Объем внимания - это то количество единиц материала, при котором вы способны сохранять высокую концентрацию внимания. Ваш объем внимания находится в пределах нормы. Чаще всего вы не испытываете дискомфорта и рассеивания внимания при работе с достаточно большим количеством материала. Однако при этом вам трудно поддерживать высокую концентрацию внимания длительное время. Это может несколько осложнить процесс профессионального развития в таких сферах деятельности, как управление транспортным средством, контроль различных систем наблюдения, охранная деятельность, контроль и оценка работы других людей, научно-исследовательский труд. Объем внимания можно повышать с помощью специальных компьютерных игр-упражнений.



Объем образной памяти

дата: 04.04.2014

пройдено: 100%

время: 21:32:12

язык: Русский

длился (секунд): 56

Шкалы

- Количество запомненных фигур (из 9): 6
- Балльная оценка (из 9): 8

Интерпретация

Объем образной памяти очень высокий. Объем образной памяти - это количество единиц материала (образов), которое одновременно может удерживаться в памяти. Объем вашей образной памяти очень высокий. Вы обладаете фотографической памятью - легко удерживаете в памяти сложные образы, в которых много различных деталей (объемные скульптуры, многоплановые картины и сюжеты, симфоническую музыку). Вы без труда можете опознать человека, лицо которого вы видели один или два раза. В целом, развитый объем памяти способствует эффективному обучению, позволяет оперативнее и точнее решать профессиональные задачи. Можно говорить о вашей пригодности к таким профессиям, как дизайнер, художник, оформитель, архитектор, конструктор, проектировщик. Объем образной памяти можно тренировать, используя специальные советы по оптимизации заучиваемого материала.

Приложение Г

СКАЗКОТЕРАПИЯ (пример примененной психокоррекции)

Психокоррекционная сказка (коррекция агрессии, агрессивного поведения ребенка)

Тигриная семья жила в самой чаще леса. У Тигренка были братья. Они часто играли вместе, но при этом постоянно ссорились, и игра превращалась в спор: кто будет самый главный, ведь только он понесет мяч, будет догонять и пойдет первым на охоту. Тигренок был самый младший среди братьев, и ему никогда не удавалось обогнать или обыграть их. Тот, кто побеждал в игре, считался самым сильным и умным, и даже если он совершал плохие поступки, он все равно оставался главным. К тому же братья смеялись над ним и называли его Малой, особенно если у него что-то не получалось.

Как-то раз решил Тигренок поискать себе новых друзей и отправился на лесную опушку. Через некоторое время он вышел на залитую солнцем поляну. На поляне зайчата играли в салки, весело бегая друг за другом.

— Можно с вами? — спросил Тигренок.

— Давай догоняй нас! — закричал старший зайчонок, и зайчата бросились в рассыпную.

Тигренок думал, что легко догонит каждого зайчонка, потому что сам был очень быстр. Но как только он настигал зайчонка, тот резко отпрыгивал далеко в сторону, и гонка начиналась снова. Тигренок устал и остановился отдышаться. Увидев, что Тигренок остановился, самый младший зайчонок подумал, что игра закончилась, и отвлекся, потому что рядом с ним проползал очень интересный жучок. Заметив зазевавшегося зайчонка, Тигренок прыгнул и со всей злостью сильно толкнул его. Зайчику стало очень больно, и он заплакал.

— Ты зачем обижаешь маленьких? — заступился старший зайчонок.

— Это ему за то, что он нечестно убегает! — ответил Тигренок и добавил:

— Надоели, не хочу больше с вами, зайцами, играть, пойду от вас!

— Больше мы тебя не примем! — сказали зайчата. — Ты злой и не играешь по правилам.

— Ну и не надо! — сказал Тигренок и снова отправился на поиски друзей.

Под большой елкой лисята с бельчатами дружно играли в мяч. Тигренок подошел к ним и сказал: «А я тоже умею играть в мячик! Возьмите меня!» Зверята согласились принять его в игру. Тигренок быстро понял, что тот, кто не ловит мяч, садится в центр круга. Поэтому когда Тигренок ловил мяч, он нарочно сильно швырял его в зверят — так, что никто из них не мог поймать мяч, и они садились в круг, а Тигренок оставался победителем и смеялся над ними. Лисятам и бельчатам это быстро надоело, и они попросили его играть по правилам. Но Тигренок продолжал нарушать правила и обижать зверят, пока один из лисят, поймав мяч, не прекратил игру.

— Мы не хотим с тобой больше играть, уходи! — сказали зверята.

— Ну и ладно, — сказал Тигренок, — не очень-то и хотелось с вами, малявками, играть!

Он сделал вид, что ушел, а сам притаился в кустах. «Я вам покажу, вы меня еще запомните!» — думал Тигренок. В этот момент к кустам подкатился мячик. Тигренок укусил мячик, и тот сдулся. «Это вам за то, что вы меня прогнали, забирайте ваш дырявый мяч!..»

И Тигренок с чувством удовлетворения побежал домой.

На следующее утро все обитатели леса собрались на лесном стадионе. В конце каждого лета здесь проводился Праздник дружбы, и все пришли подготовить стадион к этому торжеству. Тигренок долго брел по лесу в одиночестве, но так никого и не встретил. Вдруг он услышал в стороне смех и громкие голоса и пошел на шум. Он вышел на лесной стадион, где полным ходом шла подготовка к празднику. Все были заняты своим делом, и никто не обращал внимания на Тигренка. Он стал рычать, но его по-прежнему никто не замечал. Тогда Тигренок подошел к Лисенку, который старательно подметал беговую

дорожку.

— Привет! И я хочу мести! Но Лисенок сказал:

— Не дам, а будешь отнимать — позову папу! Не хочу с тобой дружить! Ты прокусил наш мячик и назвал нас малявками!

Тогда Тигренок подошел к Зайчику, который украшал сцену цветочками.

— Привет! Давай я помогу!

Но Зайчонок, схватив корзинку, отпрыгнул в сторону.

— Не дам! Ты маленьких обижаешь! — сказал он.

В это время Тигренка заметили бельчата и закричали:

— Давайте прогоним этого хулигана!

Тигренку не оставалось ничего другого, как пойти прочь. Он шел по лесу и громко рыдал, слезы катились по щекам, ему было очень обидно.

— Сделай глубокий вдох! — послышался вдруг голос с сосны.

Тигренок сначала сделал глубокий вдох, а потом поднял голову. На ветвях сосны сидел большой черный Ворон. Он был очень мудрый и знал хороший способ успокоить малыша.

— Теперь выдохни! — сказал он.

Тигренок послушался. Через минуту он успокоился и перестал плакать.

— Ну что ж, а теперь давай поговорим с тобой. Вчера я наблюдал за тобой, — сказал Ворон, — видел, как ты толкнул зайчонка!

— Но зайцы нечестно убегали!

— Ты хотел догнать всех зайцев, а не догнал ни одного! Как ты думаешь, можно сразу поймать всех?

Тигренок подумал и сказал:

— Нет, можно сразу поймать только одного. Но обычно мои братья смеются и дразнятся, когда я не могу сразу всех их догнать.

— Если ты хочешь быть таким же, как твои братья, зачем тебе друзья? И почему ты учишься у своих братьев самому плохому? Ведь тебе не нравится, когда они тебя обижают?

Тигренок молча качнул головой.

— Подумай. Если тебе нужны друзья, я скажу тебе, как помириться с ними.

— И с лисятами? — спросил Тигренок.

— Со всеми! Слушай! — Ворон тихо спустился с ветки и прошептал волшебный совет на ухо Тигренку.

После этого Тигренок побежал к кустам, где должен был находиться испорченный им мячик.

Мячик в самом деле лежал под кустом, выставив прокушенную сторону. Рядом с ним рос красивый белый гриб. Тигренок сорвал этот гриб, взял мячик и поспешил к тетушке Ежихе, которая жила неподалеку.

— Тетушка Ежиха, будьте так добры, — попросил Тигренок, — мама говорила, что вы лучшая портниха в лесу. Я поступил скверно и прокусил мячик лисят. По дороге к вам я нашел гриб и решил, что он для вас. Пожалуйста, помогите починить мячик!..

Тетушка Ежиха пожалела Тигренка, и через пять минут мячик был как новенький — теперь на нем красовалась яркая заплатка.

Тигренок поблагодарил тетушку и поспешил назад к зверятам, и, как оказалось, как раз вовремя. Волчонок отобрал у зайчат корзинку с цветами и бегал от них по всему стадиону.

— Не обижай маленьких! — крикнул Тигренок и в два прыжка догнал Волчонка. Волчонок отдал ему корзинку, извинился и пошел своей дорогой.

— Вот, возьмите, я очень виноват перед вами. — Тигренок протянул корзинку зайчатам.

Все обступили Тигренка: лисята, бельчата, зайчата.

— Я понял, что вел себя некрасиво, мне очень стыдно. Простите меня, пожалуйста! Я хочу дружить с вами! — сказал Тигренок.

Лисенок увидел у Тигренка в лапах мячик и закричал:

— Ой, смотрите, наш мячик! Тигренок починил его!

— Нет, это не я, — признался Тигренок, — это тетушка Ежиха помогла.

Зверята простили Тигренка и позвали его на Праздник дружбы.

— Спасибо зверята! — сказал Тигренок. — Я обязательно приду! Можно я возьму своих родных на праздник?

— Да, конечно, приходите все!

Тигренок был очень рад, ведь его папа давно мечтал побывать на Празднике дружбы.

Вечером Папа-тигр на семейном совете в присутствии старших братьев Тигренка показал приглашения на Праздник дружбы и сказал: «Удивительно, но все в лесу говорят, какой взрослый у меня младший сын. Он совершает взрослые поступки, умеет найти выход даже в самых сложных ситуациях».

С той поры братья-тигры больше не называли Тигренка Малым. И семья тигров первый раз побывала на Празднике дружбы.

Так, благодаря советам мудрого Ворона Тигренок научился дружить и стал примером для своих братьев.

Вопросы для обсуждения и задания

- Почему Тигренок отправился искать новых друзей?
- Что Тигренок почувствовал, когда не смог догнать ни одного зайчонка?
- Зачем Тигренок прокусил мячик? Оцени этот поступок.
- Почему зверята перестали дружить с Тигренком?
- Как ты думаешь, какой волшебный совет дал Тигренку мудрый Ворон?
- Подумай, какие чувства испытал Тигренок, когда со всеми помирился и вместе со всей своей семьей был приглашен на Праздник дружбы?
- Придумайте вместе с малышом продолжение этой истории. Например, как проходил Праздник дружбы, как Тигренку и его семье было хорошо в обществе новых друзей.

Коррекционное воздействие сказки

В сказке «Праздник дружбы» причинами агрессивного поведения Тигренка являются его заниженная самооценка и невозможность в кругу своих братьев проявить свои способности, хоть раз испытать успех и радость от победы. Братья

постоянно смеялись над его неудачами, и каждый раз он делал вывод: «я хуже всех», «я слабее всех», «я ни на что не способен».

И когда Тигренок решил поискать новых друзей, его отношения с ними не складывались, поскольку он имел только негативный опыт общения. Только мудрый Ворон помог Тигренку осознать свои чувства, понять, почему он так себя ведет, и изменить свое поведение.

Агрессивное поведение было связано с обидой, ущемленным самолюбием и с тем, что Тигренок был неуверен в себе, в своих собственных силах. Ворон помог ему сформировать недостающие умения и навыки общения, а также изменить его внутренние установки по отношению к другим. В результате Тигренок первый раз за все время почувствовал себя сильным, потому что защитил зайчат от Волчонка; хорошим — потому что решил починить мячик, который испортил.

Литературный источник: Мосина Е.С. Почему облака превращаются в тучи? Сказкотерапия для детей и родителей. - М.: Генезис, 1998

Приложение Д

Примерные темы образовательного семинара для тренеров юных спортсменов занимающихся командными видами спорта

1. Что такое психика и психические явления. Характеристика психических процессов, свойств и состояний
2. Основа обучения и воспитания. Что такое активное обучение
3. Характеристика возрастных периодов и основных кризисов развития
4. Универсальные способы общения и практическая отработка данных приемов
5. Конфликты и способы их разрешения

Примерные темы образовательного семинара для родителей юных спортсменов занимающихся командными видами спорта

1. Возрастные психологические особенности детей младшего школьного возраста
2. Понятие о кризисе психического развития
3. Типы неправильного воспитания
4. Универсальные способы общения
5. Конфликты и способы их разрешения

Приложение Е

Акты внедрения по результатам исследования

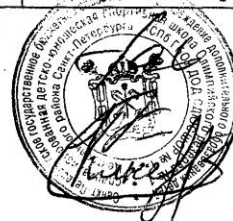
А К Т

внедрения результатов научной разработки в практику

Мы, нижеподписавшиеся, представители СПб ГБОУ ДОД СДЮСШОР № 1 Центрального района (191014, Санкт-Петербург, Ковенский пер., 12): директор Газин А. М., тренер – преподаватель по баскетболу Клюев С. В. и соискатель кафедры психологии ФГБОУ ВПО «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» Ал Арджа Моххамед, составили настоящий акт о том, что в тренировочный процесс СПб ГБОУ ДОД СДЮСШОР № 1 Центрального района были внедрены методические рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий по баскетболу.

Ф.И.О. автора внедрения	Наименования научной разработки	Эффект от внедрения
Ал Арджа Моххамед	Даны рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению тренировочного процесса юных спортсменов.	1. Повысилась общая культура спортсменов и значимость отношений внутри команды, а также увеличился уровень взаимопонимания тренера и его подопечных. 2. Рекомендации позволили определить перечень необходимых мероприятий для улучшения взаимодействия игроков внутри команды баскетболистов СПб ГБОУ ДОД СДЮСШОР № 1 Центрального района.

Директор СПб ГБОУ ДОД СДЮСШОР № 1
Центрального района



Газин А. М.

Тренер – преподаватель СПб ГБОУ ДОД
СДЮСШОР № 1 Центрального района

Клюев С. В.

Соискатель кафедры психологии ФГБОУ ВПО
«НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Ал Арджа М. А.

Дата: 17.09.2015 года

Адрес: 191014, Санкт-Петербург, Ковенский пер., 12

Эл. почта: sdushor-1centr@mail.ru

А К Т

внедрения результатов научной разработки в практику

Мы, нижеподписавшиеся, представители кафедры психологии НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург – проректор по учебно-воспитательной работе НГУ им. П.Ф. Лесгафта к.п.н., профессор Щенникова М.Ю.; заведующая кафедрой психологии д.м.н., доцент Родыгина Ю.К. и соискатель кафедры психологии НГУ им. П.Ф. Лесгафта Ал Арджа Мохаммед Али составили настоящий акт в том, что в учебный процесс кафедры психологии в 2015 г. внедрена авторская анкета опроса тренерского состава об отношении к вопросам обучения и воспитания

Ф.И.О. автора внедрения	Наименования научной разработки	Эффект от внедрения
Ал Арджа Мохаммед Али	авторская анкета опроса тренерского состава об отношении к вопросам обучения и воспитания юных спортсменов	Данная модель используется в качестве практического инструментария при проведении занятий по дисциплинам «Психология личности спортсмена» для направления подготовки 44.03.02; «Спортивная психология» по направлению подготовки 49.03.01.

Проректор по учебно-
воспитательной работе
НГУ им. П.Ф. Лесгафта



Заведующая кафедрой психологии
НГУ им. П.Ф. Лесгафта

Ю.К. Родыгина

Соискатель кафедры психологии:

Ал Арджа Мохаммед Али

Почтовый адрес: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35. Тел. (812) 714-66-27