

Психология спорта





Цель спортивной психологии:

- изучение психологических закономерностей формирования у спортсменов и команд спортивного мастерства и качеств, необходимых для участия в соревнованиях;
- разработка и психологическая экспертиза методов тренировки и подготовки спортсменов к соревнованиям, секундирования их участия в состязаниях и обеспечения послесоревновательного периода.

496.01.1599(075.8)

С 43

БАКАЛАВР

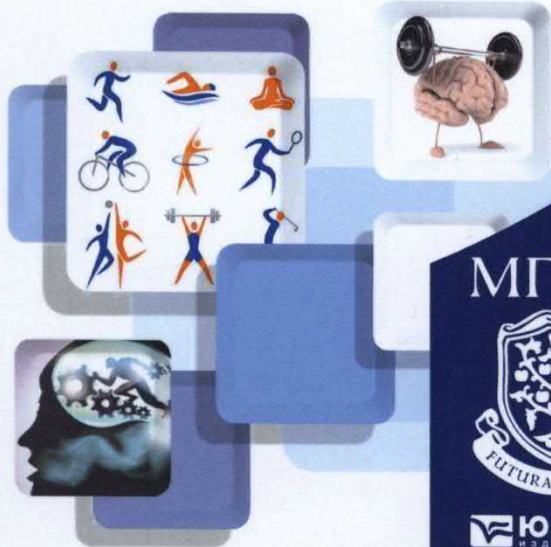
ВР. АКАДЕМИЧЕСКИЙ КУРС

Под общей редакцией

В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого

СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УЧЕБНИК



МГПУ



ЮРАЙТ

ИЗДАТЕЛЬСТВО

biblio-online.ru

УМО ВО рекомендует

УДК 159.9(075.8)

ББК 88.4я73

С73

Ответственные редакторы:

Родионов Вадим Альбертович — доктор педагогических наук, заведующий кафедрой психолого-педагогических дисциплин, директор Педагогического института физической культуры и спорта Московского городского педагогического университета;

Родионов Альберт Вячеславович — доктор педагогических наук, профессор, действительный член Российской академии естественных наук, мастер спорта СССР по фехтованию;

Сивицкий Владимир Геннадьевич — кандидат психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта Белорусского государственного университета физической культуры, мастер спорта СССР по фехтованию.

Рецензенты:

Ермолаева М. В. — доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой возрастной психологии Московского психолого-социального университета;

Лебедев И. Б. — доктор психологических наук, профессор кафедры педагогики учебно-научного комплекса психологии служебной деятельности Московского университета МВД России.

Спортивная психология : учебник для академического бакалавриата / под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 367 с. — Серия : Бакалавр. Академический курс.

ISBN 978-5-9916-8292-3

В международном (по составу авторов) учебнике изложены основные вопросы спортивной психологии. Рассматриваются факторы, влияющие на успешность спортивной деятельности, в том числе в зависимости от вида спорта. Описываются потребности и мотивы двигательной активности. Показываются особенности отбора и подготовки спортсменов-профессионалов. Особое внимание уделяется вопросам психодиагностики, психологии физической, технической и тактической подготовки, а также особенностям взаимодействия тренера и спортсмена, тренера и психолога, психолога и спортсмена.

Соответствует актуальным требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

Для студентов спортивных, педагогических и психологических факультетов, а также практиков: спортсменов, спортивных психологов, тренеров, преподавателей физического воспитания.

УДК 159.9(075.8)

ББК 88.4я73



Delphi Law Company

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».

ISBN 978-5-9916-8292-3

© Коллектив авторов, 2014

© ООО «Издательство Юрайт», 2016

796.01:159.9(075)
И 46

МАСТЕРА
ПСИХОЛОГИИ

Е. П. Ильин

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА



ПИТЕР

ББК 88.43
УДК 159.9:796
И46

Ильин Е. П.

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА

Ильин Е. П.

И46 Психология спорта. — СПб.: Питер, 2012. — 352 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

ISBN 978-5-459-01167-8

Книга профессора Е. П. Ильина включает в себя четыре раздела: «Психология деятельности спортсмена», «Психология тренировочного процесса», «Социально-психологические аспекты спорта» и «Психология деятельности тренеров и спортивных судей». В отличие от предыдущих тематических изданий в данном учебнике рассмотрен ряд новых вопросов: психологические аспекты «спортивной формы», психология общения в спорте, психология спортивной карьеры, психология зрителей, психология спортивного судейства.

Для спортивных психологов, тренеров, педагогов и студентов вузовских факультетов психологического и педагогического профилей.

НАУЧНАЯ БИБЛИОТЕКА
СПОРТА И ТУРИЗМА
ФЕДЕРАЛЬНОЙ АКАДЕМИИ
ФИЗИЧЕСКОГО КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА

ББК 88.43
УДК 159.9:796

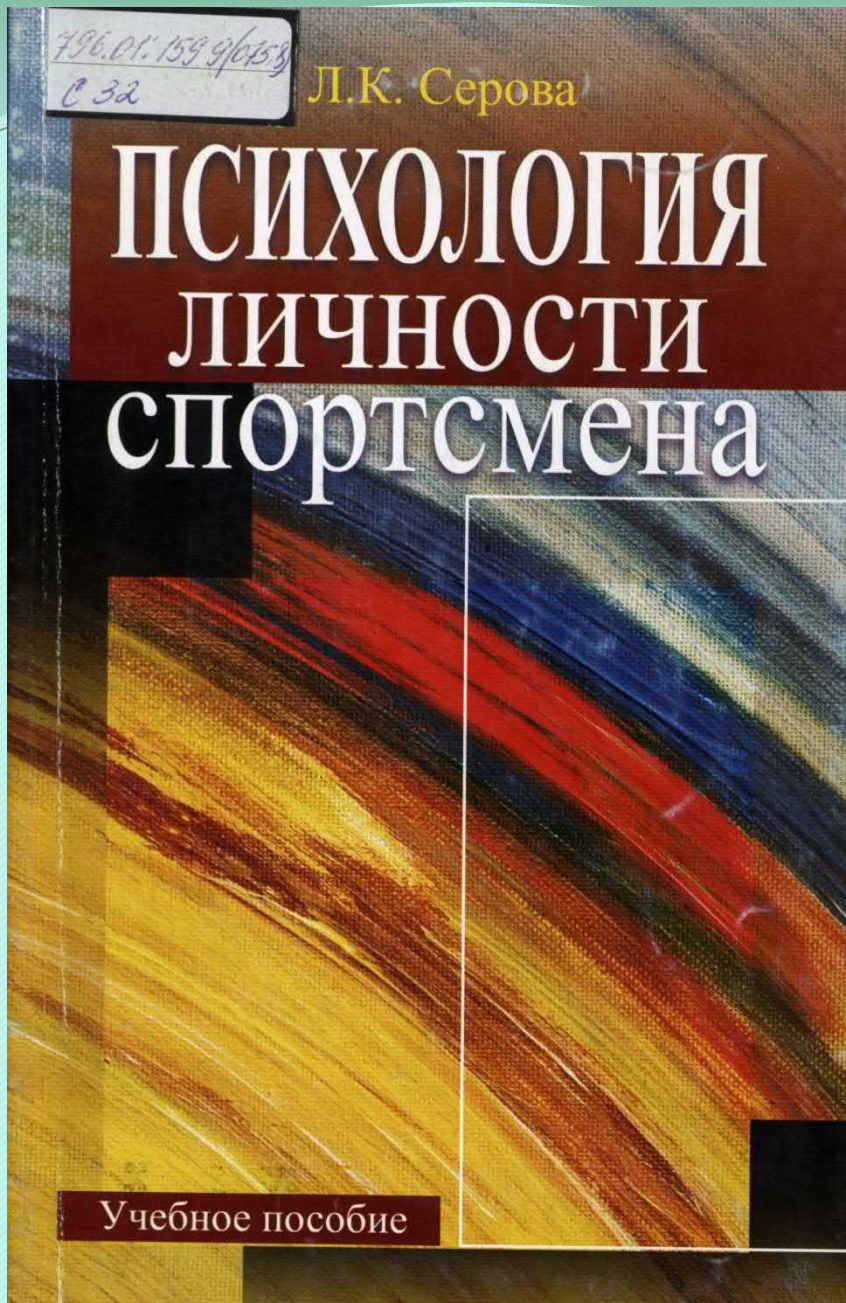
Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Москва - Санкт-Петербург - Нижний Новгород - Воронеж
Ростов-на-Дону - Екатеринбург - Самара - Новосибирск
Киев - Харьков - Минск

ISBN 978-5-459-01167-8

2012

© ООО Издательство «Питер», 2012



УДК 159.9
ББК 88.4
С32

Рецензенты:

В.Л. Марищук – доктор психологических и педагогических наук, профессор, заслуженный деятель науки РФ;

А.Н. Николаев – доктор психологических наук, профессор

Серова Л. К.

С32 Психология личности спортсмена [Текст] : учебное пособие. – М. : Советский спорт, 2007. – 116 с. : ил.
ISBN 978-5-9718-0240-2

В учебном пособии рассмотрены психологические особенности спортивной деятельности, раскрыта специфика психологии различных видов спорта. Введено понятие психологических профессиональных качеств, на его основе дана психологическая модель личности спортсмена, каждый компонент которой представлен в отдельной главе. Изучаемые темы составляют самостоятельный раздел курса психологии спорта. Учебный материал сопровождается контрольными вопросами и заданиями для самостоятельной работы, таблицами, рисунками.

Учебное пособие предназначено для студентов институтов и факультетов физической культуры. Книга также может быть полезна преподавателям высших и средних педагогических учебных заведений, тренерам, спортсменам.

УДК 159.9
ББК 88.4

© Серова Л. К., 2007
© Оформление. ОАО «Издательство
ISBN 978-5-9718-0240-2 «Советский спорт»», 2007

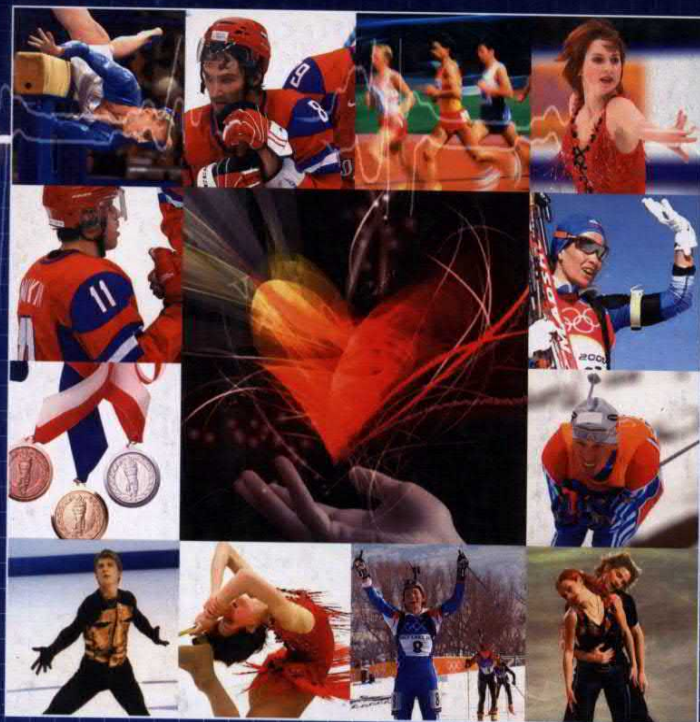
796.01:159.9

3-14

Роберт Загайнов

ПСИХОЛОГИЯ

современного спорта
ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ



ИЗДАТЕЛЬСТВО «СОВЕТСКИЙ СПОРТ»

Загайнов Р. М.

3-14 Психология современного спорта высших достижений :
Записки практического психолога спорта [Текст] / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2012. – 292 с.

ISBN 978-5-9718-0576-2

В книге на основе 40-летнего опыта работы в спорте высших достижений известный спортивный психолог затрагивает наиболее значимые и животрепещущие проблемы современного спорта – личности спортсмена-чемпиона и его окружения, психологической атмосферы, в которой он живет и действует. Кроме того, автор размышляет о личности и профессиональном мастерстве спортивного психолога; им впервые предпринята попытка составить профессиональную программу психолога. Даются фрагменты из личных дневников автора.

Для специалистов-психологов, тренеров, спортсменов, а также тех, кто входит в группу психологической поддержки.

ББК 88.4

ISBN 978-5-9718-0576-2

© Загайнов Р. М., 2012

© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2012

196.01.159.У

К 44



Ю.Я. Киселев

ПСИХИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ СПОРТСМЕНА

пути и средства достижения

УДК 796/799

ББК 88.4

К 44

Серия основана в 2008 году

Киселев Ю. Я.

К 44 Психическая готовность спортсмена: пути и средства достижения [Текст] / Ю. Я. Киселев. – М. : Советский спорт, 2009 – 276 с. («Спорт без границ»).

ISBN 978-5-9718-0398-0

В книге рассматриваются общие и специфические особенности спорта, отличающие его от других видов деятельности человека, прослеживается разнонаправленное влияние спорта на формирование личности, отмечается, что социально значимым продуктом спортивной деятельности является победа в соревнованиях.

Состояние психической готовности спортсмена к соревнованию обеспечивается целенаправленной психологической подготовкой. В книге показаны пути и средства такой подготовки, определены конкретные ее задачи и приемы, доступные самому спортсмену и его тренеру, выделены функции спортивного психолога.

Для студентов вузов физической культуры, педагогических и психологических факультетов, для спортсменов, тренеров и широкого круга читателей.

**УДК 796/799
ББК 88.4**

Художник *Е.А. Ильин*. Корректор *А.С. Белова*.
Компьютерная верстка *С.И. Штойко*.

Подписано в печать 25.06.09 г. Формат 60×90^{1/16}. Бумага офсетная. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 17,25. Уч.-изд. л. 18,0. Тираж 1000 экз. Изд. № 1416. Заказ № 1405

ОАО «Издательство «Советский спорт»». 105064, г. Москва, ул. Казакова, 18.
Тел./факс: (499) 267-94-35, 267-95-90.
Сайт: www.sovsportizdat.ru E-mail: sovsport@mail.tascom.ru

Отпечатано с электронной версии
в ООО «Великолукская городская типография»,
182100, Псковская обл., г. Великие Луки, ул. Полиграфистов, 78/12.
Тел./факс (81153) 3-62-95. E-mail: zakaz@veltip.ru

© Ю. Я. Киселев, 2009
© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2009

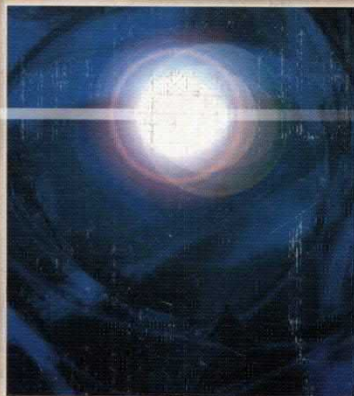
ISBN 978-5-9718-0398-0

796.01:159.9(06)

3-14

ф Загайнов

Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления



ИЗДАТЕЛЬСТВО «СОВЕТСКИЙ СПОРТ»

ББК 88.4

3-14

Загайнов Рудольф

3-14 Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Текст] : монография / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с. : ил.

ISBN 978-5-9718-0483-3

Успех в спорте высших достижений во многом зависит от умения спортсмена преодолевать кризисные ситуации, особенно в экстремальных условиях официальных соревнований. Проблемам психолого-педагогической организации процесса преодоления кризисных ситуаций в спорте и роли спортивного психолога в этом процессе посвящена данная монография.

Для специалистов-психологов, тренеров, спортсменов, а также всех тех, кто входит в группу психологической поддержки на пути к победным вершинам.

ББК 88.4

ISBN 978-5-9718-0483-3

© Загайнов Р. М., 2010

© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2010

796.01:159.9(072)

П 86

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Учебно-методическое пособие

для магистрантов, обучающихся по направлению
49.04.01 «Физическая культура», профиль подготовки: «Психологическое
сопровождение физической культуры и спорта»

Краснодар
2017

УДК 612.821(072)

ББК 28.073я73

П 86

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Рецензенты: Н.К. Артемьева, доктор биологических наук, профессор
кафедры биохимии, биомеханики и естественнонаучных
дисциплин ФБГОУ ВО КГУФКСТ, г. Краснодар;
В.М. Покровский, доктор медицинских наук, профессор,
заведующий кафедрой нормальной физиологии
ФБГОУ ВО КубГМУ, г. Краснодар.

Автор-составитель: кандидат биологических наук, доцент, Л.В. Катрич

П 86 **Психофизиологические проблемы подготовки спортсменов: учебно-методическое пособие для магистрантов, обучающихся по направлению 49.04.01 «Физическая культура», профиль подготовки: «Психологическое сопровождение физической культуры и спорта» / автор-составитель Л.В. Катрич. - Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 112 с.**

Учебно-методическое пособие содержит тематические планы лекций, практических, лабораторных занятий, краткое содержание теоретического материала, содержание практических и лабораторных занятий, вопросы к зачету.

Учебно-методическое пособие предназначено для магистрантов, обучающихся по направлению 49.04.01 «Физическая культура», профиль подготовки: «Психологическое сопровождение физической культуры и спорта» и соответствует требованиям Федерального закона от 27.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказы Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. №1367 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, специалитета, программам, магистратуры», учебного плана КГУФКСТ и с учетом требований ФГОС ВО по направлению подготовки магистров 49.04.01 «Физическая культура».

УДК 612.821(072)

ББК 28.073я73

© КГУФКСТ, 2017

© Автор-составитель

Катрич Л.В.



УДК 796.01."612

ББК 750

В.А. Таймазов, Я.В. Голуб. Психофизиологическое состояние спортсмена (Методы оценки и коррекции) / СПб.: Издательство «Олимп СПб», 2004. – 400 с.

В руководстве обобщены данные отечественной и мировой литературы, а также результаты исследований авторов по вопросам диагностики психофизиологического состояния спортсменов с соблюдением принципа комплексной оценки его составляющих. Особое внимание уделено оценке состояний утомления, восстановления, недовосстановления, переутомления.

Отличительной особенностью работы является предложенный авторами компьютерный вариант реализации методик психофизиологического обследования спортсменов, предлагаемый потребителям в виде завершенных конструкторских разработок.

Впервые приводятся рекомендации по использованию в спортивной практике разработанной и выпускаемой аппаратуры для сочетанной аудиовизуальной и тактильной стимуляции, модулированной кинезитерапии и проведения тренировки восприятия информации.

Книга предназначена для спортивных врачей, психологов, тренеров, спортсменов, специалистов по физиологии труда и восстановительной медицине.

Работа, несомненно, будет полезной для научных работников, преподавателей, студентов и аспирантов спортивных, биологических и медицинских ВУЗов.

Табл. 30, ил. 19, лит. ист. 180, в том числе иностр. 21

ISBN 5-94988-015-3

© СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2004

© В.А. Таймазов, Я.В. Голуб, 2004

© Издательство «Олимп СПб», 2004

796.01.169.9(092)
С 51

С.А. В.К.В.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА
И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В. Н. Смоленцева

О ПСИХОТЕХНИКАХ, ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЯХ И ИХ РЕГУЛЯЦИИ В СПОРТЕ



Омск
Издательство СибГУФК
2012

Рецензенты:

д-р пед. наук, профессор Г. Д. Бабушкин;
канд. пед. наук, профессор Н. М. Костикина

Смоленцева, В. Н. О психотехниках, психических состояниях и их регуляции в спорте : учебно-методическое пособие / В. Н. Смоленцева. – Изд-е 2-е, доп. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. – 144 с.

Учебно-методическое пособие подготовлено в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом направления 032101 «Физическая культура и спорт», профиля «Спортивная тренировка».

Автор – доктор психологических наук В. Н. Смоленцева – предлагает доступные для самостоятельного освоения психотехники. Рассматривает характеристики и причины формирования психических состояний, возникающих в процессе спортивной деятельности, психофизиологические механизмы развития психических состояний и средства их саморегуляции.

Учебно-методическое пособие адресовано студентам физкультурного вуза при изучении дисциплины «Спортивная психология», тренерам, спортсменам.

© Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта, 2012

796.01:159.9(072)

Д 79

ч/з

А.А. Дубова

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ
НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Краснодар
2011

УДК 796.01:159(072)

ББК 88.4

Д-79

Печатается по решению редакционно-издательского совета ФГОУ ВПО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»

Рецензенты: кандидат психологических наук **И.В. Харитонов**
заслуженный тренер РСФСР, директор МУ ДОД
СДЮШОР № 1 г. Краснодара **А.И. Плотников**

Дубова А.А.

Д-79 **Психологическое сопровождение подготовки юных спортсменов на этапе начальной подготовки** [Текст]: учебно-методическое пособие / А.А. Дубова. – Краснодар: ФГОУ ВПО КГУФКСТ, 2011. – 48 с.

Учебно-методическое пособие представляет собой практическое руководство по психологическому сопровождению подготовки спортсменов на этапе начального обучения. В пособии представлены упражнения, рекомендуемые тренеру для занятий с юными гимнастами этапа начальной подготовки. Упражнения сгруппированы по направлениям: формирование у детей мотивации к занятиям, развитие у детей внутреннего плана действия, саморегуляции, самоконтроля, развитие познавательных функций психики (память, внимание) средствами двигательной активности детей, формирование сенсомоторики с помощью спортивных занятий, формирование навыков поведения в сложных ситуациях, развитие помехоустойчивости.

Учебно-методическое пособие предназначено для студентов специальности 050706 - «Педагогика и психология», 0321 01. 65 «Теория и методика избранного вида спорта», для факультетов повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту, а также для психологов, работающих в области спорта, тренеров детско-юношеских спортивных школ.

УДК 796.01:159(072)
ББК 88.4

© ФГОУ ВПО КГУФКСТ, 2011

© Дубова А.А., 2011

796.01:159.9/045.8
Я 47

Б.П. Яковлев

ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Учебное пособие

ИЗДАТЕЛЬСТВО «СОВЕТСКИЙ СПОРТ»

УДК 159.9
ББК 88.43я73
Я47

Рецензенты:

А.В. Родионов – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой спортивной психологии РГУФКСиТ;

А.Е. Ловягина – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии (Санкт-Петербургский государственный университет), руководитель магистерской программы «Психология спорта и активного отдыха».

Яковлев Б. П.

Я47 Основы спортивной психологии [Текст] : учеб. пособие / Б. П. Яковлев. – М. : Советский спорт, 2010. – 208 с. : ил.

ISBN 978-5-9718-0469-7

В учебном пособии доктора психологических наук Б.П. Яковлева проанализирован целый ряд вопросов, касающихся истории отечественной и зарубежной спортивной психологии, предмета психологии, задач и методов спортивной психологии. Представлены основные взгляды основоположников отечественной спортивной психологии. Исторические и теоретические аспекты, содержащиеся в учебном пособии, отражают место и роль современной спортивной психологии в системе наук о спорте.

Книга рассчитана на широкий круг специалистов в области теории и методики, психологии физической культуры и спорта, студентов, спортсменов, тренеров, педагогов.

УДК 159.9
ББК 88.43я73

© Яковлев Б. П., 2010
© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2010

ISBN 978-5-9718-0469-7

796.01:159.9(075.8)

Г 70

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Г. Б. Горская

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Краснодар, 2008

УДК 796.01:159.9(075.8)

ББК 88.4 я73

Г70

Печатается по решению редакционно-издательского совета Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма

Рецензенты: доктор психологических наук, профессор О.Г. Кукосян;
заслуженный тренер СССР, профессор Ю.А. Ларин

Горская Г.Б.

Г70 **Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов**
: учебное пособие / Г.Б. Горская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 220 с.

Учебное пособие содержит характеристику современного подхода к психологическому обеспечению подготовки спортсменов. В нем рассматривается специфика основных этапов многолетней подготовки спортсменов, характеризуются задачи и содержание их психологического обеспечения. Особое внимание уделено психологическим аспектам работы с юными спортсменами на этапе начального обучения и спортивного совершенствования. Анализируются возможности и роль этих этапов многолетней подготовки в формировании психологических предпосылок надежности и результативности соревновательной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства. Уделено внимание путям усиления развивающего влияния занятий спортом на личность юных спортсменов. В разделе, посвященном психологическому обеспечению подготовки высококвалифицированных спортсменов, подробно освещены вопросы психологически обоснованного построения подготовки, рационального планирования соревновательных нагрузок, оптимизации влияния на спортсменов макровременных регуляторов психических нагрузок. Специальный раздел посвящен психологическим проблемам завершения спортивной карьеры высококвалифицированных спортсменов.

В пособии содержатся задания для самостоятельной работы, имеющие форму профессиональных задач исследовательского и практического характера.

Учебное пособие предназначено для студентов университетов, академий и институтов физической культуры, тренеров и спортивных врачей, интересующихся психологическими аспектами подготовки спортсменов, слушателей факультетов повышения квалификации и работников спортивных организаций.

УДК 796.01:159.9(075.8)

ББК 88.4 я73

© КГУФКСТ, 2008
© Горская Г.Б., 2008

786.01.159.9

Г 51

Атланты
СПОРТИВНОЙ НАУКИ

Л. Д. Гиссен

ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОГИГИЕНА В СПОРТЕ



ИЗДАТЕЛЬСТВО «СОВЕТСКИЙ СПОРТ»

УДК 159.9
ББК 88.4
Г46

Серия основана в 2010 году

Г46 **Гиссен Л. Д.** Психология и психогигиена в спорте [Текст] / Л. Д. Гиссен. – 2-е изд., стереот. – М.: Советский спорт, 2010. – 160 с. : ил. (Серия «Атланты спортивной науки»).

ISBN 978-5-9718-0466-6

В книге известного спортивного психолога рассматриваются психогигиенический и психопрофилактический аспекты спортивной психологии, базирующиеся на синтезе психологических и медико-биологических знаний и имеющие прикладное значение.

Раскрываются три главных момента в работе психогигиениста: обследование, динамический контроль и коррекция психического состояния спортсменов.

Для студентов, аспирантов, преподавателей высших физкультурных учебных заведений, специалистов – спортивных психологов.

УДК 159.9
ББК 88.4

Редактор Ю. Кирьянов
Художник Е.А. Ильин
Компьютерная графика А.Г. Никоноров
Художественный редактор Л.В. Дружинина
Корректор И.Т. Самсонова
Компьютерная верстка С.И. Штойко

Подписано в печать 16.09.2010. Формат 60×90^{1/8}. Печать офсетная. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 10,0. Уч.-изд. л. 16,0. Тираж 1000 экз. Изд. № 1508. Заказ № 1696

ОАО «Издательство «Советский спорт»».
105064, г. Москва, ул. Казакова, 18. Тел./факс: (499) 267-94-35, 267-95-90.
Сайт: www.sovsportizdat.ru E-mail: sovsport@mail.tascom.ru

Отпечатано с электронной версии в ООО «Великолукская городская типография».
182100, Псковская обл., г. Великие Луки, ул. Полиграфистов, 78/12.
Тел./факс (81153) 3-62-95. E-mail: zakaz@veltip.ru

© Гиссен Л. Д., 1973
© Гиссен Л. Д., 2010
© Оформление. ОАО «Издательство
«Советский спорт»», 2010

ISBN 978-5-9718-0466-6

796.01:159.9(06)

М 95

ртивного врача и психолога

Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена



СПОРТ

УДК 159
ББК 88.4
М95

Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена : научная монография / А. Н. Веракса, А. Е. Горовая, А. И. Грушко, С. В. Леонов. – М.: Спорт, 2016. – 208 с. (Серия «Библиотечка спортивного врача и психолога»).

ISBN 978-5-9907240-6-8

Книга посвящена вопросам применения мысленной тренировки в практической деятельности спортсмена. Раскрываются теоретические основания построения программ мысленной тренировки, приводятся алгоритмы использования мысленной тренировки и конкретные рекомендации, адресованные спортсменам и спортивным психологам.

Для специалистов в области психологии спорта, спортсменов, тренеров, а также всех, кто интересуется возможностями использования психологической науки в спорте.

УДК 159
ББК 88.4

ISBN 978-5-9907240-6-8 © Веракса А. Н., Горовая А. Е., Грушко А. И., Леонов С. В., текст, 2016
© Оформление. Издательство «Спорт», 2016

Подписано в печать 26.11.2015 г. Формат 84 × 108¹/₃₂.
Бумага офсетная. Усл.-печ. л. 13,0. Уч.-изд. л. 13,0.
Тираж 1000 экз. Изд. № 34. Заказ № 2984.

Издательство «Спорт»
117218, Москва, а/я 111

Телефоны отдела реализации: 8(495) 662-64-31

E-mail: olimppress@yandex.ru, chelovek.2007@mail.ru,
www.olimppres.ru

Отпечатано в АО «Первая Образцовая типография»
Филиал «Чеховский Печатный Двор»

142300, Московская область, г. Чехов, ул. Полиграфистов, д. 1
Сайт: www.chpd.ru, E-mail: sales@chpd.ru, т/ф. 8(499)270-73-59

796.01(06)
А 19

НАУЧНАЯ МЫСЛЬ

Электронно-
Библиотечная
Система
znanium.com



М.В. Аверина

МАРГИНАЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ

морфологические и динамические
аспекты анализа



УДК 008(075.4)
ББК 71
А19

Рецензенты:

д-р филос. наук, проф. *Н.В. Медведев*

д-р психол. наук, проф. *В.Т. Кудряцев*,
канд. филос. наук, доц. *А.А. Трошин*

Аверина М.В.

А19 Маргинальность в спорте: морфологические и динамические аспекты анализа: Монография. — М.: ИНФРА-М, 2012. — 210 с. — (Научная мысль).

ISBN 978-5-16-005558-9

В монографии представлены теоретические и эмпирические исследования функционирования маргинализационных процессов в сфере спорта. Методологический аппарат концепции маргинальности позволяет адекватно трактовать условия, факторы, механизмы социокультурной динамики спорта как социального института, как социокультурного явления и как элемента массовой культуры в контексте развития современной глоболокальной цивилизации.

ББК 71

ISBN 978-5-16-005558-9

© Аверина М.В., 2011

Х90.3(06)
Ф 51

СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



Н. П. Филатова
И. А. Арбузин

МЫШЛЕНИЕ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ



Издательство СибГУФК

Омск 2011

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор Г. С. Лалаков;
кандидат психологических наук, доцент В. В. Лемиш

Филатова, Н. П. Мышление в спортивных играх : монография /
Н. П. Филатова, И. А. Арбузин. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2011. – 152 с.
ISBN 978-5-91930-013-7

В работе обобщены результаты многолетних экспериментальных исследований возрастной динамики развития мышления у юных спортсменов, имеются данные об особенностях игрового мышления квалифицированных спортсменов, влиянии показателей процесса мышления на эффективность соревновательной деятельности как высококвалифицированных, так и юных спортсменов. Авторы представили наиболее информативные и надежные методики диагностики игрового мышления и разработанный в ходе исследований тест оценки игрового мышления, использующий модели игровых ситуаций в футболе, шкалы оценки, методический материал в виде тестовых карточек – моделей игровых ситуаций.

Представлены теоретические аспекты предлагаемой авторами методики развития игрового мышления юных спортсменов, подробно изложены приемы работы и последовательность их применения, результаты экспериментального обоснования эффективности методики. Кроме того, приведена программа занятий по технико-тактической подготовке для спортивных школ различного типа, в ходе которой формируется и совершенствуется игровое мышление юных футболистов.

Монография предназначена для специалистов в области спортивной тренировки, психологии спорта, тренеров-преподавателей, психологов учреждений дополнительного образования, научных сотрудников, аспирантов, магистрантов, студентов вузов физкультурного профиля, слушателей ВШТ, курсов повышения квалификации.

Научный редактор профессор В. Н. Попков.

Печатается по решению
редакционно-издательского совета университета

ISBN 978-5-91930-013-7

© ФГОУ ВПО СибГУФК, 2011

796.01:159.9(072)

3-58
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Т. И. Зернова

2/3

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Учебно-методическое пособие

Краснодар
2017

УДК796.01:159.9(072)

ББК 88.4я73

3 58

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма.

Рецензенты: профессор кафедры психологии, доктор психологических наук Г. Б. Горская,
доцент кафедры гуманитарных дисциплин Краснодарского филиала РЭУ им. Г. В. Плеханова, кандидат педагогических наук Е. В. Кирий.

Зернова Т. И.

3 58 **Психология физической культуры и спорта:** учебно-методическое пособие / Т. И. Зернова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 62 с.

В учебно-методическом пособии представлены темы и вопросы лекционных и практических занятий, задания для самостоятельной работы, темы для докладов и рефератов, рекомендуемая литература, тесты для самоконтроля знаний, глоссарий основных понятий.

Для студентов дневной и заочной формы обучения.

УДК796.01:159.9(072)

ББК 88.4я73

© КГУФКСТ, 2017.

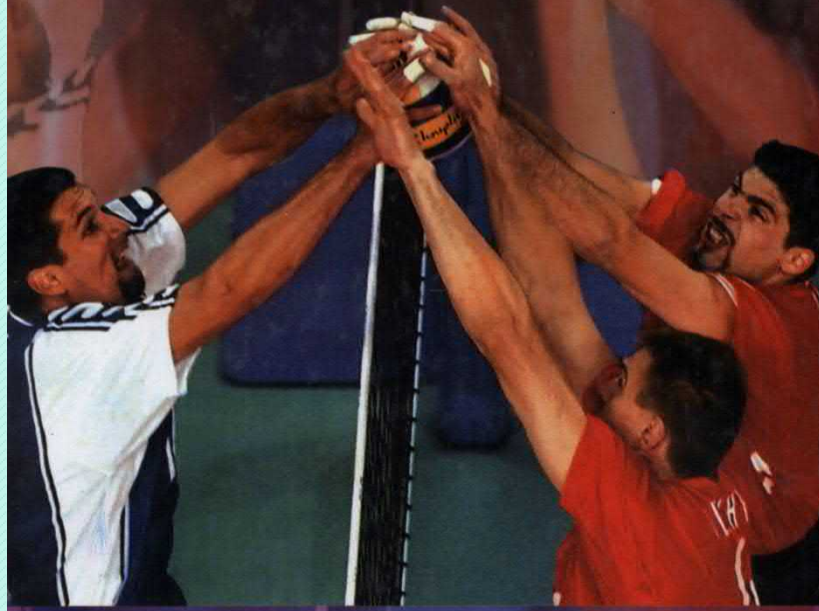
© Зернова Т. И., 2017.

96.01:159.9(07)

1-97

ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Р.С. Уэйнберг
Д. Гоулд



Р. С. УЭЙНБЕРГ, Д. ГОУЛД

В учебнике содержатся сведения, относящиеся к проблемам личности в спорте, рассматриваются различные аспекты спортивной среды, групповые процессы в спорте, методы и средства повышения результативности, укрепления здоровья, содействия психическому развитию.

Книга представляет собой качественно новый тип учебника для специальных учебных заведений. Ключевые положения из области психологии объясняются в доступной форме, приводятся примеры использования их тренерами и исследователями в практической деятельности.

Для студентов, преподавателей, работников физической культуры и спорта.

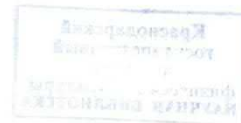
У підручнику подано відомості щодо проблем особистості в спорті, розглядаються різні аспекти спортивного середовища, групові процеси в спорті. Викладено методи і засоби підвищення результативності, зміцнення здоров'я, сприяння психічному розвитку.

Це якісно новий тип підручника для спеціальних навчальних закладів. Ключові поняття з галузі психології пояснюються в доступній формі, наводяться приклади застосування їх тренерами і дослідниками в практичній діяльності.

Для студентів, викладачів, працівників фізичної культури і спорту.

Научный редактор ГЕОРГИЙ ЛОЖКИН, д-р психол. наук, профессор, заслуженный деятель науки и техники Украины, НУФВСУ

Перевод с английского — ГЕОРГИЙ ГОНЧАРЕНКО



796.01:759.9/075.81
Г67

Высшее профессиональное образование

Г. Д. Горбунов
Е. Н. Гогун

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Учебник



Педагогические
специальности

ACADEMIA

УДК 796/799(075.8)
ББК 75.0я723
Г588

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии личности Тольяттинского государственного университета *С. И. Кудинов*;
доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологии им. А. Ц. Пуни Санкт-Петербургского государственного университета физической культуры им. П. Ф. Лесгафта *А. Н. Николаев*

Авторы:

Г. Д. Горбунов (предисловие, гл. 2, 5), *Е. Н. Гогун* (гл. 1, 3, 4)

Горбунов Г. Д.

Г588 Психология физической культуры и спорта : учебник для студ. высш. учеб. заведений / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. — М. : Издательский центр «Академия», 2009. — 256 с.
ISBN 978-5-7695-5736-1

В учебнике представлены данные о влиянии физических нагрузок на психическую сферу человека. Рассмотрены общие вопросы психологии физической культуры в школе и массового спорта. Особое внимание уделено психологии спорта высших достижений. Приведены многочисленные рекомендации к учебному процессу, тренировкам и соревнованиям. Описаны способы саморегуляции психических состояний в спорте и пути воспитания спортивного характера.

Для студентов высших учебных заведений. Может быть полезен преподавателям высших и средних учебных заведений, учителям физической культуры, тренерам, психологам-практикам и другим специалистам, работающим в сфере физической культуры и спорта.

УДК 796/799(075.8)
ББК 75.0я723

Оригинал-макет данного издания является собственностью Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым способом без согласия правообладателя запрещается.

© Горбунов Г. Д., Гогун Е. Н., 2009
© Образовательно-издательский центр «Академия», 2009
ISBN 978-5-7695-5736-1 © Оформление. Издательский центр «Академия», 2009

793.035(075.8)

0-93

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

С.А. Евтых, С.А. Ольшанская

ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
АСПЕКТА ЗДОРОВЬЯ В
ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебное пособие

Краснодар
2017

УДК 159.9:796.035(075.8)

ББК 88.4я73

Е 27

Печатается по решению редакционно-издательского совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Рецензенты: *Г.Б. Горская*, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар;
Л.А. Лазаренко, кандидат психологических наук, доцент кафедры сервиса и туризма Кубанского социально-экономического института, г. Краснодар.

Евтых С.А.

Е 27 **Оценка психологического аспекта здоровья в физкультурно-оздоровительной деятельности: учебное пособие / авторы-составители: С.А. Евтых, С.А.Ольшанская. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 140 с.**

Учебное пособие «Оценка психологического аспекта здоровья в физкультурно-оздоровительной деятельности» включает в себя материал, который представлен тремя разделами по соответствующим темам. Рассматривается теоретический материал, раскрывающий составляющие здоровья: физическое, социальное, психическое и дающий оценку психологического аспекта здоровья как системообразующего фактора, определяющего здоровье человека в целом.

Учебное пособие предназначено студентам бакалавриата физкультурных вузов, преподавателям, специалистам физкультурно-оздоровительных организаций, заинтересованным в углублении знаний об основных аспектах здоровья, здорового образа жизни, о профессиональном здоровье в условиях физкультурно-оздоровительной деятельности.

796(06)

Р 44

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ «КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

МАТЕРИАЛЫ

VII ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ «РЕСУРСЫ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА РЕАЛИЗАЦИИ»

(24–26 ноября 2017 г., г. Краснодар)



796.01.159.9(06)

С 56

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
«МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

СА.ЭКВ

Посвящается 35-летию кафедры
Педагогики и психологии МГАФК
(1979-2014 гг.)



СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

МАТЕРИАЛЫ II ВСЕРОССИЙСКОЙ
ОЧНО-ЗАОЧНОЙ НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

13-15 ноября 2014 г.

Малаховка

159.98(072)
К 68

КОРОЛЕВА Т.П.

МЕНТАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ В СИСТЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ

Москва
2015

УДК 159.91;612.06
ББК 53.57
К68

Рецензент:

Неверкович Сергей Дмитриевич – академик РАО,
заслуженный работник высшей школы,
профессор, доктор педагогических наук

Королева Татьяна Петровна

К68 Ментальный тренинг в системе формирования профессионально важных качеств : [научно-методическое пособие] / Т.П. Королева. – М. : Изд-во Триумф, 2015. – 154 с. : ил. – ISBN 978-5-89392-676-7

В научно-методическом пособии приведено теоретическое обоснование пентабазисной учебной модели ментального тренинга на основе диалектической логики и принципов развивающего обучения.

Экспериментально доказана эффективность обучения по этой модели с учетом личностных характеристик студентов.

Раскрыты методические особенности реализации отдельных элементов ментального тренинга – нейролингвистического программирования, трансцендентальной медитации, аутогенной тренировки и восстановления психофункционального состояния.

Приведены результаты формирования психофизических качеств школьников и профессионально важных качеств спортсменов.

Материал научно-методического пособия может быть использован в образовательных организациях высшей школы, тренинговых психологических группах, в системе психологического сопровождения подготовки спортсменов и курсантов.

УДК 159.91;612.06
ББК 53.57

ISBN 978-5-89392-676-7

© Королева Татьяна Петровна, 2015

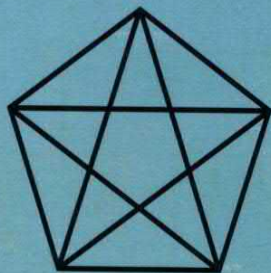
796.0/1:759.9 (06)

К 68

КОРОЛЕВА Т.П.



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА: СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД



Краснодар, 2015

УДК 159.9+351.74+796
ББК 88.8+75.7+67.7
К68

Рекомендовано
редакционно-издательским советом
Краснодарского университета
МВД России

Рецензенты:

Неверкович Сергей Дмитриевич – академик РАО, заслуженный работник
высшей школы, профессор, доктор педагогических наук

Волков Игорь Павлович – заслуженный деятель науки Российской Федерации,
профессор, доктор психологических наук

Королева Татьяна Петровна

К68

Психологические профессионально важные качества: систем-
ный подход: [монография] /Т.П. Королева. – Краснодар: ИП Дед-
кова С.А., 2015. – 220 с. с ил.

ISBN 978-5-906468-55-0

В монографии на примере представителей спортивной, правоохранительной и лётной деятельности приведены результаты многолетних исследований автора по структурированию профессионально важных качеств адекватно принципу их равнозначности и сопряженности нормативным требованиям с позиций моделей пентабазиса и «айсберга». Обоснована роль правила Золотого сечения в проявлении и прогнозе формирования профессионально важных качеств.

Материал монографии может быть использован в образовательных организа-
циях высшей школы, в системе психологического сопровождения подготовки
спортсменов и курсантов силовых ведомств.

УДК 159.9+351.74+796
ББК 88.8+75.7+67.7

Монография
Королева Татьяна Петровна

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА:
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД

Отпечатано в типографии ЦЕНТР ПЕЧАТИ (ИП Дедкова С.А.)
Подписано в печать 18.11.2015. Формат 30х42/4. Усл.печ.л. 27,5.
Печать цифровая. Гарнитура «Таймс». Тираж 500 экз. Заказ 237572.

ISBN 978-5-906468-55-0

© Королева Татьяна Петровна, 2015