

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/statya/34280>

**Тип работы:** Статья

**Предмет:** Физическая культура и спорт

-

## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СОВРЕМЕННОЙ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ В ПОДГОТОВКЕ ФУТБОЛИСТОВ

Виды профессиональной деятельности, которые требуют особой сосредоточенности, мобилизации человека, получения силы и высокого профессионализма, не могут осуществляться на социально приемлемом уровне без реализации заранее спланированной систематической психологической подготовки.

Одним из таких видов деятельности человека является спортивная деятельность. На заре развития национальной психологии спорта центральной проблемой для данной отрасли психологической науки была проблема навыков. Затем, в 1950-х и 1960-х годах вышла на первый план проблема волевой подготовки спортсмена (Жариков Е.С., Блудов Ю.М., Шигаев А.С., Черникова О.А. и др.). В последние десятилетия прошлого века внимание ученых было сосредоточено на решении проблемы психологической подготовки к соревнованиям (Богданова Д.Я., Ганюшкин А.Д., Родионов А.В. и др.). Однако и сегодня эта проблема остается плохо изученной

Наряду с этим решение вопросов психологической подготовки футболистов является одним из обязательных условий для повышения эффективности учебного процесса (Джамгарова Т.Т., Алексеев А.В., Гагаева М.Г., Пуни А.Ц., Некрасов В.П.).

С другой стороны, разрешение противоречия между необходимостью улучшить психологическую подготовку футболистов, с одной стороны, и недостаточно развитыми теоретическими и методологическими основами его формирования в контролируемом учебном процессе, является одной из насущных проблем современной теории и методологии футбола.

Спортивная подготовка характеризуется значительными стрессами, постоянным «преодолением себя»; это требует строгой дисциплины и приверженности режиму. Эффективность обучения зависит от психологической стабильности игроков.

Основные психологические качества, необходимые для футболиста, формируются и улучшаются в ходе ежедневных учебных занятий, в активных конкурсах. Поэтому, когда учебный процесс организован методично правильно, есть хорошая основа для улучшения этих качеств.

При планировании содержания психологической подготовки необходимо учитывать:

- 1) особенности спортивной команды, в которой действуют закономерности небольшой организованной группы;
- 2) структура личных качеств каждого члена этой команды.

Все действия тренеров команд должны быть направлены на укрепление таких групповых свойств и качеств небольшой группы, как сплоченность и психологический климат. Важно, чтобы своевременно принимались превентивные меры, направленные против ухудшения психологического климата.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Овчинникова К.В., Ионов А.А. Психологическая подготовка футболистов // Успехи современного естествознания. - 2017. - № 10. - С. 61-62;  
URL: <http://www.natural-sciences.ru/ru/article/view?id=32954> (дата обращения: 24.04.2018).
2. Барабанов, А. Г. Психологические резервы оптимизации спортивной деятельности / А. Г. Барабанов, А. П. Горячев, В. С. Никитин // Теория и практика физической культуры. - 2016. - № 5. - С. 28-29.
3. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта / Е. Н. Гогун. - М.: Академия, 2015. - 224 с.
4. Ермаков, В. А. Психология в индустрии спорта: хрестоматия / В. А. Ермаков. - М.: Евразийский открытый институт, 2014. - 615 с.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/statya/34280>