

СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ



№1(10)
2007



Федеральное агентство Российской Федерации по физической культуре и спорту
Российский Государственный Университет физической культуры, спорта и туризма





Состав редакции журнала «СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ»

Журнал осуществляет свою деятельность под патронажем ректора Российского государственного Университета физической культуры и спорта, заведующего кафедрой прикладных и экстремальных видов спорта, доктора педагогических наук, профессора **Александра Николаевича Блеера**

Учредители журнала:

Российский Государственный Университет физической культуры спорта и туризма
Ассоциация спортивных психологов РФ

Главный редактор:

Непопалов Владимир Николаевич — кандидат психологических наук, профессор, член-корреспондент Международной академии психологических наук, РГУФК, Москва

Члены научной редколлегии:

Деркач Анатолий Алексеевич – академик РАО, д.п.н., профессор, РАКС, Москва.
Матыцин Олег Васильевич – член-корр. РАО, д.п.н., профессор, РГУФК, Москва.
Неверкович Сергей Дмитриевич – член-корр. РАО, д.п.н., профессор, РГУФК, Москва.
Родионов Альберт Вячеславович – д.п.н., профессор, РГУФК, Москва.
Волков Игорь Павлович – д.п.н., профессор, СПбГУФК, Санкт-Петербург.
Горская Галина Борисовна – д.п.н., профессор, Кубанский ГУФК, Краснодар.
Ложкин Георгий Владимирович – д.п.н., профессор, НУФВиС, Киев, Украина.
Моросанова Варвара Ильинична – д.п.н., профессор, ПИ РАО, Москва.
Сопов Владимир Федорович – к.п.н., профессор, РГУФК, Москва.
Худатов Николай Александрович – д.п.н., ВНИИФК, Москва.
Дрижика Анатолий Георгиевич – д.п.н., профессор, ПУ, Ростов-на-Дону.
Аванесян Грант Михайлович – к.п.н., доцент, ЕГУ, Ереван, Армения.
Сивицкий Владимир Геннадьевич – к.п.н., доцент, БГУФК, Минск, Беларусь.
Малкин Валерий Рафаилович – к.п.н., профессор, Уральский Государственный Университет, Екатеринбург.
Томсон Кайво – PhD, Лаборатория биологии спорта Таллиннского университета, Таллинн, Эстония.
Янев Венцислав – доктор наук, старший научный сотрудник Национальной спортивной Академии, София, Болгария.

Технический редактор:

Бульков Юрий Николаевич, типография «Анита Пресс», Москва.

Фотографии предоставил:

Черных Александр Васильевич президент агенства «Российские фотонности»

Методист редакции, дизайнер-верстальщик:

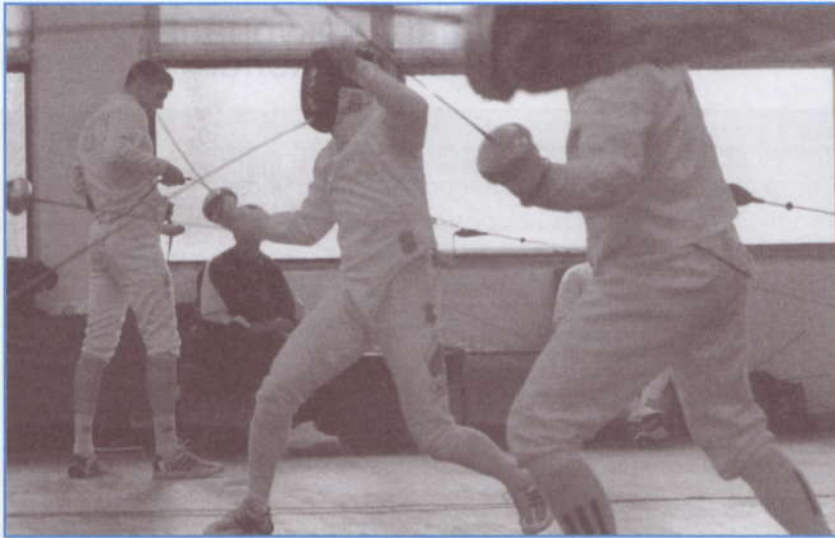
Рощупкин Владимир

Отпечатано в ООО «Анита Пресс»

Тел./факс: (495) 231-49-81

E-mail: APDelta@mail.ru

Тираж 999 экз.



оглавление

ПРОБЛЕМЫ И ИСТОРИЯ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

«И дольше века длится день»
Интервью с ректором РГУФКа **А.Н. Блеером**..... 4

Родионов А.В., Сопов В.Ф., Непопалов В.Н. Психологические модели в управлении комплексной подготовкой..... 6

Малкин В.Р. Почему проигрываются казалось бы выигранные соревнования ? Статья 2. Что думают о спортивной психологии и работе спортивного психолога тренеры и спортсмены 14

Савенков Г.И. Проблема детерминации осознанного управления Двигательными действиями в спорте (теоретические аспекты) 18

ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО СПОРТА

Галочкин П.В., Клещев В.В., Клещев В.Н. Показатели быстроты и точности сенсомоторного реагирования у кикбоксеров различных манер ведения боя 25

ПСИХОЛОГИЯ ПОДГОТОВКИ

Ложкин Г.В., Гринь А.Р., Колосов А. Когнитивный ресурс квалифицированного спортсмена 29

Мельник Е.В., Силич Е.В. Индивидуализация психологической подготовки с учетом особенностей личности спортсменов, имеющих различный латеральный профиль 37

Плетнева З.П., Дерючева В.А. Значение свойств внимания в психологической подготовке волейболистов 44

СОЦИАЛЬНО-СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Кашеф Иззат. Влияние ролевого поведения тренера во взаимоотношениях со спортсменом в условиях соревнований 49

КОГНИТИВНЫЙ РЕСУРС КВАЛИФИЦИРОВАННОГО СПОРТСМЕНА

Ложкин Г.В., д.психол.н., зав. каф. психологии и педагогики Национального университета физического воспитания и спорта Украины



Гринь А.Р., к.п.н., доцент кафедры психологии и педагогики Национального университета физического воспитания и спорта Украины

Колосов А., аспирант кафедры психологии и педагогики Национального университета физического воспитания и спорта Украины

Постановка проблемы. В современной психологической науке оценка способности преодоления экстремальных ситуаций связана с категориями личностных ресурсов (1,6). Традиционно в качестве основных ресурсов спортивной подготовки принято рассматривать повышение функциональных возможностей спортсмена. Поэтому следствием интенсивного поиска дополнительных средств увеличения кондиций атлетов стало широкое привлечение в сферу спорта фармакологической индустрии. Более того, среди спортсменов и тренеров укоренилось мнение о незаменимости фармакологического вмешательства в процесс подготовки. В то же время ресурсность психики спортсмена до сих пор является маловостребованной научно-методической категорией, а психологическая подготовка часто рассматривается как не более чем формальная малополезная процедура. Причины такого положения, по нашему мнению, могут быть следующие условия:

- относительная ограниченность подходов к изучению ресурсов психики спортсмена с позиции новых технологий, в том числе в психологии спорта;
- этические ограничения интервенций в интимно-психологическую сферу личности спортсмена;

- доминирование тенденций психологического «обеспечения» (вместо «сопровождения»), при котором нивелируется роль субъекта спортивной деятельности;

- недостаточное количество специалистов, способных на качественное психологическое сопровождение спортивной подготовки, а значит, и анализ дополнительных психологических, в том числе и когнитивных, ресурсных возможностей;

- отсутствие у тренеров необходимого уровня общей психологической культуры как аспекта профессиональной компетентности и готовности формировать запрос на квалифицированную психологическую поддержку.

Тем не менее интерес к изучению когнитивной сферы спортсменов за последнее время значительно возрос (11,14), что обусловлено возможностью эффективно на сознательном уровне управлять подготовкой спортсменов, в том числе и к ситуациям стрессогенного характера. Известно, что подводка спортсмена к крупнейшим соревнованиям всегда выходит за рамки формирования функциональных резервов, обязательных для успешного выполнения различных двигательных задач. Значительная часть подготовки отводится на создание прочной психологической базы, необходимой для результативного выполнения соревновательной программы. Это требуется в силу того, что успешность спортивной деятельности как в рамках различных периодов подготовки, так и условиях состязаний основывается, в первую очередь, на стабильной психической активности (5). Условия соревновательной деятельности являются источником экстремальности и могут провоцировать психологическую и функциональную дестабилизацию спортсмена. В силу этого актуальным остается вопрос о сохранении физических и психических кондиций спортсмена как неотъемлемых условий успешного выступления в соревнованиях.

Очевидно, изучение интеллектуально-познавательных сторон психологической подготовки спортсменов не является новой проблемой в психо-



логии спорта, но традиционно носит академический характер. Существенное ограничение в исследовании ресурсов познавательной сферы спортсмена – обособленное рассмотрение отдельных функций и процессов. Более того, «стерильное» извлечение отдельных характеристик познавательных свойств не дает целостной картины даже после их сопоставления, так как исключает возможность взаимного влияния, динамических изменений, а также наличия сопутствующих факторов, например экстремальности условий спортивной деятельности. В ходе подготовки к соревнованиям значительно более информативным, по нашему мнению, является изучение особенностей функционирования психики спортсменов в рамках когнитивного подхода

Наряду с изучением процессов приобретения, хранения, преобразования и применения знаний когнитивный ресурс охватывает процессы творчества, принятия решений, оценивания, семантические процессы, процессы понимания, а также системные когнитивные процессы и др. (4). Такой подход обуславливает необходимость

получения целостной информации о ресурсных возможностях когнитивной сферы психики спортсмена.

Цель исследования заключалась в теоретическом и экспериментальном изучении психологических факторов, определяющих когнитивный ресурс квалифицированного спортсмена.

Задачи исследования.

1. Показать роль когнитивной сферы в достижении необходимого уровня психологической подготовленности квалифицированных спортсменов.

2. Выявить факторы, определяющие когнитивный ресурс психики спортсмена.

3. Обосновать необходимость расширения когнитивного ресурса для повышения уровня психологической устойчивости спортсмена.

Методы и организация исследования. В исследовании были использованы анализ специальной литературы, методы психодиагностики для оценки когнитивных возможностей спортсмена, метод анализа результатов деятельности, методы математической статистики

Таблица 1.

Факторы когнитивного ресурса

Функциональный фактор		Стилевый фактор	Социально-когнитивный фактор
Восприятие	избирательность	Зависимость от «поля» Толерантность к нереалистич- ному опыту	Убеждения Рациональность Установки Мера конструктивности Атрибуции Установление характера при- чинности событий Ожидания реалистичность и наличие опыта
	релевантность		
Внимание (продуктив- ность)	направленность	Гибкость познавательного контроля; Когнитивная простота—слож- ность; Широта категоризации; Величина импульсивности;	
	концентрация		
	устойчивость		
Память	полнота		
	реалистичность		
Мышление	адекватность		
	оперативность		

Исследование проводилось под нашим руководством аспирантом кафедры Колосовым А.Б. в Национальном университете физического воспитания и спорта и на базе олимпийской подготовки сборных команд Украины.

Результаты и обсуждение. Успешность любой деятельности, как известно, основывается на способности индивида к усвоению информации, необходимой для формирования нужных действий, навыков (двигательных, сенсорно-перцептивных, интеллектуальных и др.), а также зависит от индивидуально выработанных способов восприятия и управления поступающей информацией.

Как отмечается в работе Вороновой В.И. и Шутовой С.Е. (2) – характерной чертой спортивной деятельности является необходимость выполнения спортсменом требований, продиктованных своеобразием специфики и сложности конкретного вида спорта (объем, интенсивность, величина нагрузок, наличие фактора опасности и др.). Здесь весьма важными являются не только относительно независимые локальные функции, но и комплексные характеристики протекания психических процессов (целеобразование, прогнозирование, антиципация, экстраполяция и др.), которые обеспечивают так называемый «когнитивный порог» освоения деятельности и являются актуальными, прежде всего на этапах начальной и специализированной базовой подготовки. В то же время на этапе реализации максимальных возможностей большое значение приобретает приспособительная спо-

собность познавательных структур спортсмена как общей стратегии процесса получения, переработки и использования информации, в которой учитывается степень адекватности и скорость перестройки программы поведения в новой ситуации, что, в конечном счете, является показателем эффективности самой деятельности (4).

Наряду с приспособительно-адаптационной способностью существенное значение имеют особенности индивидуально-психологического стиля деятельности, которые могут проявляться не только в различной степени совершенствования тех или иных индивидуальных свойств психики и способностей, но и в возникновении новых (конструктивных) или исчезновении старых (деструктивных) связей между ними (7).

Системный анализ различных характеристик когнитивного функционирования психики спортсмена дал нам возможность предположить, что в качестве системообразующих структур когнитивного ресурса могут выступать процессуальный, стилевой и социально-когнитивный факторы (1, 4, 13). Каждый фактор содержит ряд показателей и представлен в таблице 1.

Так, группа компонентов функционального фактора характеризуется наличием необходимого потенциала когнитивных функций спортсменов, т.е. необходимых условий реализации конкретной тренировочной или соревновательной программы. Естественно, требования разных спортивных специализаций могут существенно отличаться, тем не менее каждый из указанных

параметров в определенной степени обуславливает успешность конкретной спортивной деятельности. Соревновательная успешность легкоатлета-спринтера, например, будет во многом зависеть от его способности сосредоточиться на стартовом выстреле, в то время как эффективность соревновательных действий стрелка будет определяться его способностью концентрировать и удерживать внимание на протяжении всего времени выполнения соревновательных упражнений.

Группа компонентов стилевого фактора характеризует индивидуально-своеобразные приемы переработки информации об актуальной ситуации в режиме реального времени, т.е. способности восприятия, анализа, категоризации, оценивания непосредственно в конкретных условиях спортивной деятельности. Иллюстрацией значимости данного компонента выступают данные наших исследований, в которых выявлены стилевые различия в характере оценки стрессовых ситуаций у спортсменов разного уровня квалификации, что отражает степень дифференцированности их когнитивной системы.

И, наконец, группа компонентов социально-когнитивного фактора характеризуется наличием социально-психологических закономерностей искажения спортсменом информационного потока, что происходит в силу наличия иррациональных или неконструктивных представлений о своих возможностях или окружающих его явлениях и ситуациях. Например, легкоатлет-метатель, психологически настраиваясь на то, что в соревнованиях лучший результат необходимо показать уже в первой попытке, в случае неудачного ее исхода может подсознательно сформировать установку на неудачу и преждевременно отказаться психологически продолжать борьбу.

Экспериментальная часть нашего исследования состояла из двух этапов, в ходе которых исследовались функциональный и стилевой факторы когнитивного ресурса квалифицированных спортсменов. Первый эксперимент проводился при участии акробатов высокой квалификации (7 МС, 7 МСМК) с использованием автоматической комплексной системы психофизиологического тестирования «MORTEST». Тестировались attentionные, мнемические, интеллектуальные, а также экстраполяционные способности как показатели функционального фактора когнитивного

ресурса. Итоговый уровень развития когнитивных способностей оценивался суммой рангов всех тестовых процедур (в баллах). Дополнительно оценивался уровень реактивной тревожности испытуемых по методике Спилбергер-Ханина. Фактический материал исследования показал, что статистически достоверных различий в уровне развития когнитивных способностей у спортсменов разной квалификации нет. В то же время было установлено, что степень развития когнитивных способностей взаимосвязана с актуальным уровнем тревожности спортсменов. В зависимости от суммарного уровня развития когнитивных способностей спортсмены были распределены на три группы: первую группу составили 25 % спортсменов с относительно низкими показателями уровня развития когнитивных способностей ($29 \pm 0,2$), вторую – 50 % респондентов со средним уровнем развития исследуемых качеств ($43,45 \pm 0,1$), а третью – также 25% респондентов с относительно высоким уровнем когнитивных способностей ($63,5 \pm 0,4$). Статистическая значимость распределения была достоверно значимой ($N = 6, p = 0,014$). Оказалось, что чем выше когнитивный ресурс спортсменов, тем ниже уровень их реактивной тревожности (рис. 1).

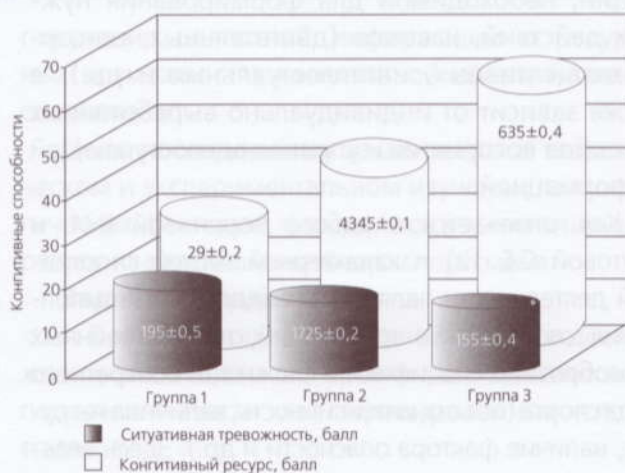


Рис. 1. Соотношение показателей реактивного состояния тревоги и когнитивных способностей у акробатов высокой квалификации

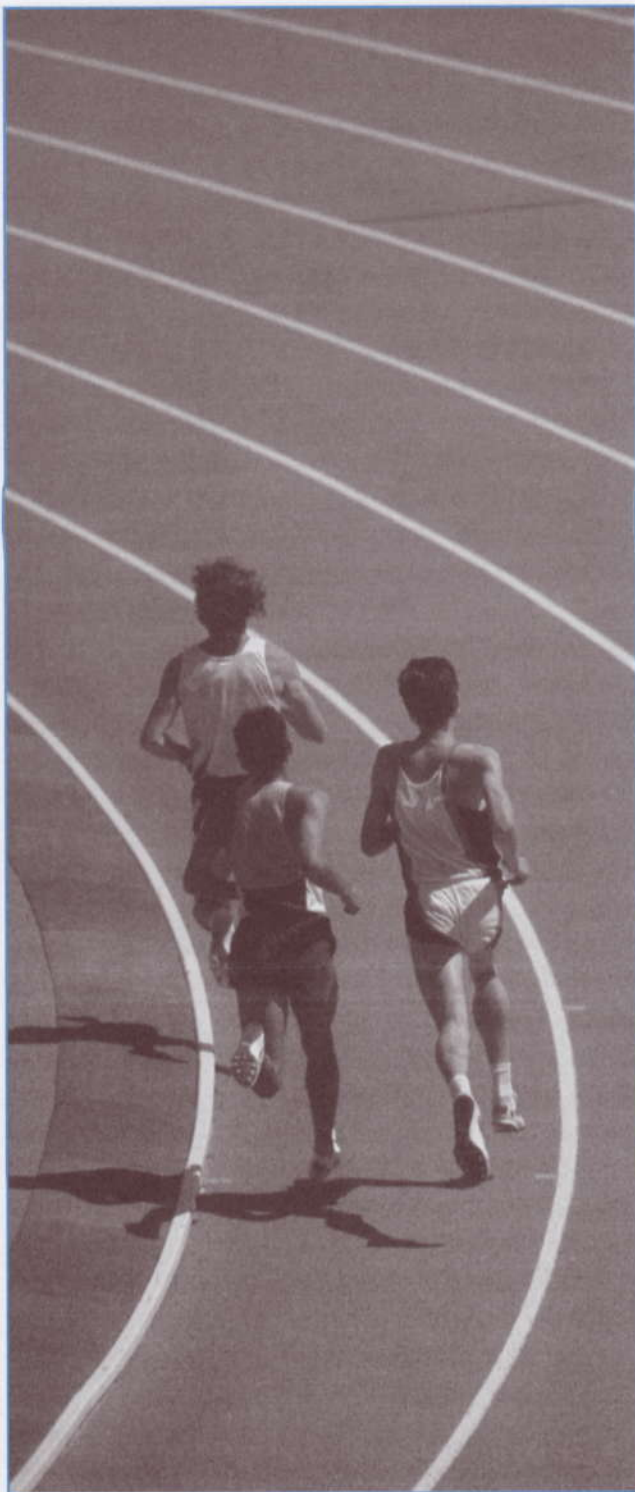
Полученные данные позволили выдвинуть гипотезу о существовании взаимосвязанности между показателями развития когнитивных способностей спортсменов и их психоэмоциональным состоянием. Экспериментальный материал



дал основания углубить изучение когнитивных способностей как фактора повышения эмоциональной устойчивости, а также расширить исследовательское поле в изучении всего комплекса когнитивных ресурсов, которые обеспечивают психологическую устойчивость, в том числе и стрессустойчивость спортсмена в различных условиях соревновательной деятельности

В следующем эксперименте, направленном на изучение стилевого фактора когнитивного ресурса, принимали участие спортсмены, специализирующиеся на игровых видах спорта (футбол, хоккей на траве), разного уровня квалификации (перворазрядники, МС) (всего 18 человек) В ходе исследования проводилось психодиагностическое тестирование с использованием репертуарной решетки Дж Келли (3). Перед процедурой тестирования каждый респондент прошел короткое психологическое интервью, по итогам которого было выявлено, что спортсмены-перворазрядники в подготовке к соревнованиям были склонны оценивать значимые аспекты физической, технической и психологической подготовки более обобщенно, при этом мало обращали внимания на детали и тонкости подготовительного процесса. В ответах таких спортсменов чаще прослеживались варианты «Я не знаю!», «Трудно сказать!», «На это я не обращал внимания!» В то время как спортсмены высокой квалификации в гораздо большей степени находили в своих действиях причинно-следственные связи, они значительно больше внимания уделяли важным деталям различных аспектов подготовки и в большей степени связывали результаты своей работы с особенностями тренировочного процесса

Тем самым было выявлено, что спортсмены высокой квалификации имели более сложную когнитивную систему оценки факторов соревновательного стресса и использовали дифферен-



Когнитивная сложность	40.00		42,44±2,1
		1 p	МС
	45.00		
Когнитивная простота	50.00		49,56±3,5

Рис. 2. Исследование уровня когнитивной сложности в оценке факторов соревновательного стресса квалифицированными спортсменами, балл

цированный подход для характеристики определенной стрессовой ситуации Это выразилось в оценках уровня когнитивной сложности или простоты (12), который у мастеров спорта оказался достоверно выше, нежели у спортсменов-перворазрядников ($T = 6$, при $p < 0,05$) Графические данные исследований представлены на рис.2.

В целом можно сделать вывод, что спортсмены высокого класса закономерно формируют более сложную когнитивную систему подготовки.



Разумеется, целесообразность и эффективность такой системы не обязательно может быть достаточно высокой, но тем не менее, такая когнитивная система не только заслуживает исследовательского внимания, но является одним из важнейших ресурсов спортсмена, опираясь на который происходит формирование его общего психологического потенциала.

Наиболее важным прикладным аспектом изучения ресурсных свойств когнитивной сферы, по нашему мнению, является конструктивное расширение поля информированности спортсмена, создание условий, направленных на осознание возможных факторов влияния на психоэмоциональное состояние и поведение в условиях тренировочно-соревновательной деятельности. Результатом данной психологической коррекции может стать увеличение возможностей для управления актуальным психологическим состоянием путем собственного выбора спортсменом наиболее оптимальных форм реагирования в условиях соревновательной деятельности. Вместе с тем создание необходимого прообраза соревновательных ситуаций на основе направленного

формирования адекватных когнитивных способностей не только психологически будет ориентировать спортсмена, но и даст ему возможность гибко перераспределять средства и приемы когнитивного управления между различными каналами регуляции своего поведения.

В целом формирование и коррекция компонентов, составляющих когнитивный ресурс квалифицированного спортсмена, может осуществляться путем преобразования информации на основе функционального взаимодействия психических процессов, сопровождающихся избирательным отношением к ней, приданием информации определенных значений, построением на ее основе психических образов ситуации, восполнением информационных «пробелов», снижением их неопределенности. При этом необходимо учитывать эмоциональность спортсмена, его «личную схему» ожидания событий, самооценку эффективности собственного поведения и реакций в конкретной ситуации.

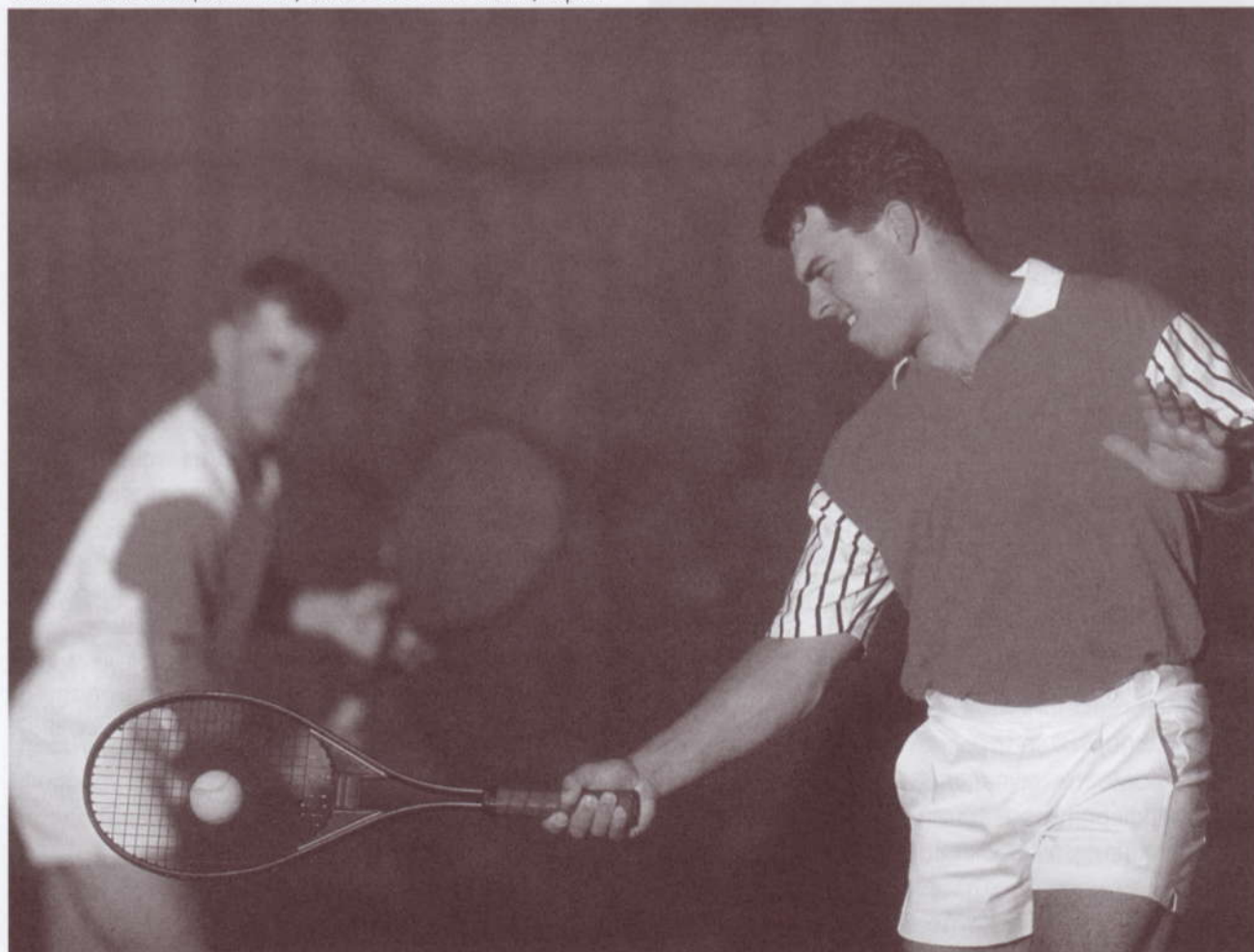
Таким образом, расширение и использование возможностей когнитивного ресурса спортсменом представляет собой гибкий и



весьма динамичный процесс, который может варьироваться не только в зависимости от объективных критериев вида спорта, но и от субъективных особенностей психики спортсменов. Однако его расширение и коррекция могут быть построены исходя из принципов когнитивно-поведенческой модели психологического вмешательства (9), которая предусматривает проведение функционального анализа поведения спортсмена, особенностей взаимодействия с тренерами, другими спортсменами, с социальным окружением и др. с целью получения как можно более полной информации для устранения когнитивного дефицита или коррекции когнитивных искажений. Кроме того, использование указанной модели психологического вмешательства, безусловно, должно быть адаптировано к условиям соревновательной деятельности.

Когнитивный ресурс является составной частью психологического потенциала спортсмена и закономерно дополняется другими ресурсами, например эмоциональным (6). Более того, в рамках детального изучения можно выделить также мотивационный, акмеологический, креа-

тивный и некоторые другие ресурсы, приобретающие значение в соответствии со спецификой спортивной деятельности и закономерностями функционирования психики в соответствующих условиях и, что более важно, при действии значительных (или даже экстремальных) физических и психических нагрузок. Наряду с выделением различных видов ресурсных возможностей неизменно присутствует определенный регулятивный компонент, при помощи которого может осуществляться спонтанный либо сознательный выбор наиболее целесообразных форм реагирования. В процессе накопления психологического потенциала формируется целостная психическая организация спортсмена, одновременно интегрируются многочисленные взаимосвязи между общими проявлениями психики и ее частными, специфическими формами как в условиях тренировочной, так и соревновательной деятельности. Психологический потенциал формируется на основе ведущих видов активности спортсмена (моторной, интеллектуальной, эмоциональной, волевой), которые основываются на индивидуальных свойствах психики спортсмена и в сово-





купности формируют соответствующие психологические ресурсы (5).

Выводы

1. Когнитивный ресурс личности является научно-методической категорией, которая имеет самостоятельное описание и характеризует специфическую сторону психологической подготовленности спортсмена.

2. В качестве системообразующих факторов когнитивного ресурса могут выступать процессуальные, стилевые и социально-психологические компоненты, каждый из которых имеет широкий ряд составляющих, подробное изучение которых дает возможность гибко выявлять и корректировать неконструктивные или недостаточно развитые стороны психологической подготовленности спортсмена.

3. Установлено существование различий в отдельных компонентах факторов когнитивного ресурса у спортсменов разного уровня квалификации. В частности, выявлено наличие более сложной (дифференцированной) когнитивной системы оценок спортсменом особенностей соревновательного стресса. Это дает основание для целенаправленного поиска и включения средств,

приемов активного формирования когнитивного ресурса в процесс подготовки атлетов.

4. Характеристика факторов когнитивного ресурса взаимосвязана со стрессустойчивостью спортсменов и, по всей вероятности, может ее обуславливать, что позволяет использовать ресурсные возможности когнитивной сферы для формирования психологической устойчивости в экстремальных условиях соревновательной деятельности.

Литература

1. Бодров В.А. Когнитивные процессы и психический стресс (/Психологический журнал. – Т. 17. – 1996. – № 4. – С. 64-75.
2. Воронова В.И., Шутова С.Е. Особенности проявления внимания у спортсменов высокой квалификации (/Наука в олимпийском спорте. – 2004. – № 2. – С. 76-81.
3. Келли Дж. Когнитивное направление в теории личности. Теории личности. – СПб.: Питер, 2002. – 580 с.
4. Когнитивная психология (Под ред. В.Н. Дружинина, Д.Н. Ушакова. – М ПЭР СЭ, 2002. – 480 с.
5. Ложкин Г.В. Психологический потенциал квалифицированного спортсмена (/VIII Международный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех» – М.: СпортАкадем-Пресс, 2003. – С. 272-273.
6. Ложкин Г.В., Волянюк Н.Ю., Бузник А.И. Эмоциональный ресурс тренера профессионала (/Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 36 наук праць – Вип. 5 – Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2004. – С. 377-381.
7. Мильман В.Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности. Стресс и тревога в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 125-135.
8. Познавательные процессы у спортсменов. Т. 2. Самоконтроль и мастерство в спорте (Под ред. Коссова Б.Б. – М., 1976. – 135 с.
9. Психотерапия (Под ред. Б. Карвассарского. – СПб.: Питер. – 2000. – 544 с.
10. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Учебник для вузов. – М.: Академпроект, 2004. – 576 с.
11. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры – К.: Олимпийская литература, 1998. – 336 с.
12. Франселла Ф., Баннистер Д. Новый метод исследования личности: Руководство по репертуарным личностным методикам: Пер с англ. – М.: Прогресс, 1987. – 236 с.
13. Холодная М.А. Когнитивные стили. – М.: ПЭР СЭ, 2002. – 304 с.
14. Taylor J, Taylor S Psychological approaches to sport injury rehabilitation – Gaithersburg Aspen Publishers, Inc, 1997.

PSYCHOLOGICAL MODELS IN MANAGEMENT OF COMPLEX TRAINING

Rodionov A.V., PhD, professor of faculty of psychology RGUFK

Sopov V.F., Candidate of psychological science, professor of faculty of psychology RGUFK

Nepopalov V.N., Candidate of pedagogical science, professor of faculty of psychology RGUFK

Summary. Clause of the authors reflects long-term practical experience of work with modular teams and is devoted психофизиологической to preparation of the sportsmen. The authors determine psycho-physiological preparation as modeling of competitive situations with the help psycho-physiological technics, formation of installations on forthcoming activity, both at a realized level, and at a not realized level, psycho regulation psycho-physiological of condition of the sportsman and team.

On the basis of the received experimental and theoretical data the authors offer technology of step-by-step realization psycho-physiological of preparation - model of support of competitive activity and psycho-physiological training.

WHY ARE LOST IT WOULD SEEM THE WON COMPETITIONS?

CLAUSE 2. THAT THE TRAINERS AND SPORTSMEN THINK OF SPORTS PSYCHOLOGY AND WORK OF THE SPORTS PSYCHOLOGIST

Malkin V.R., PhD, professor, Ural state university, Ekaterinburg

Summary. Clause is continuation of the analysis of the reasons of losses and role of the psychologist in preparation of the sportsmen. Clause is sated with a concrete material, opinion of the trainers and sportsmen. The basic plan of clause and author is to show sports psychology by eyes of the direct participants of sports activity, for which sports psychology is intended.

PROBLEM OF DETERMINATION OF THE REALIZED MANAGEMENT OF IMPELLENT ACTIONS IN SPORTS (THEORETICAL ASPECTS)

Savenkov G.I., Candidate of psychological science, professor of faculty of psychology, RGUFK

Summary. Were based on situations of the theory of reflection, on laws of natural science of regulation

of movements of the man, and also, on results of psycho-pedagogical researches of any management of movements the given work is devoted to a substantiation of necessity of realization in practice of sports of the basic situation of psychology, which essence in a priority of consciousness in management of impellent actions of the sportsman at all levels of its sports perfection.

PARAMETERS OF SPEED AND ACCURACY OF SENSORY AND MOTOR REACTIONS OF KICKBOXERS OF VARIOUS MANNERS CONDUCTING FIGHT

Galochkin P.V., teacher of faculty of boxing, RGUFK

Kleshchev V.V., teacher of faculty of boxing, RGUFK

Kleshchev V.N., Candidate of pedagogical science, senior lecturer of faculty of boxing, RGUFK

Summary. Clause is devoted to the analysis to an individual manner of conducting fight in kickboxing. On the basis of practical preparation and participation of the sportsmen on competitions the authors divide kickboxers into three individual - typical groups concerning a manner of conducting fight: the sportsmen with the brightly expressed attacking manner brightly expressed counter-attack by a manner and the sportsmen, the manner of which fight can not be considered brightly expressed by way of preference of attacks or контратак. The substantial characteristic of individual styles is given.

THE COGNITIVE RESOURCE OF QUALIFIED SPORTSMAN

G.V. Lozhkin, PhD, head of the department, Psychologies and pedagogic of National university of physical education and sports of Ukraine

A.R. Grin', Candidate of pedagogical science, senior lecturer of faculty of psychology and pedagogic of National university of physical education and sports of Ukraine

A. Kolosov, post-graduate student of faculty of psychology and pedagogic of National university of physical education and sports of Ukraine

Summary. The investigations of cognitive sphere of athletes are presented in the article. Connection between cognitive abilities and reactive anxiety status has been shown. The difference of cognitive sphere peculiarities in sportsmen of different qualification



has been shown. A structure of cognitive resource has been revealed.

INDIVIDUALIZATION OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION IN VIEW OF FEATURES OF THE PERSON OF THE SPORTSMEN HAVING VARIOUS LEATERAL TYPE

Melnik E.V., candidate of psychological sciences, senior lecturer of faculty of psychology

Silich E.V., student the Byelorussian state university of physical culture

Summary. Clause reflects the carried out (spent) research psychological подготовленности on parameters of strong-willed activity, frustration of tolerance and self-checking has shown, that the sportsmen of high qualification distinguished латеральным by a structure асимметрий have a various level of mental readiness. For «Right-handed persons» is peculiar close to a complete level of readiness, and at «Left-handed persons» in connection with weak development frustration of tolerance it is lower, that reflects their insufficient noise stability.

IMPORTANCE OF ATTENTION CHARACTERISTICS IN VOLLEYBALL-PLAYERS' PSYCHOLOGICAL TRAINING

Pletneva Z.P., Professor, MSAPC

Derjucheva V.A., Candidate, Senior teacher

Summary. Volleyball is considered to be a team - played type of sport, which is characterized by specific features that places it apart in a separate group of sports. At present training process includes such types as physical, tactical and psychological. Psychological preparation for exercise performance is a very important step in the entire training system of a volleyball-player. It is one of the most important steps before any actual exercise to be performed on a play ground. Studying characteristics of attention and their practical implementation in a training process will help sportsmen to reveal additional resources in their sports mastership.

INFLUENCE OF ROLE BEHAVIOUR OF THE TRAINER IN ЗАЙМОУТОШЕНИЯХ WITH THE SPORTSMAN IN CONDITIONS OF COMPETITIONS

Kashef Izzat, professor, doctor of faculty on physical culture and sports at Хельванском University, Cairo - Egypt

Summary. Clause reflects empirical research of interaction of the trainer and sportsman, where a manner of a management of the trainer in conditions of competitions meaningful for a team as a whole and for each gymnast and player in particular.

FEATURES OF INTERACTION OF THE SPORTS PSYCHOLOGIST WITH THE TRAINER DURING STUDY OF HIS(ITS) PERSON AND ACTIVITY

Melnik E.V., candidate of psychological sciences, senior lecturer of faculty of psychology

Shemet ZH.K., senior teacher of faculty of psychology The Byelorussian state university of physical culture

Summary. In clause the research мало-изученной of area - system of interaction «the trainer - sportsman - psychologist» is stated. The specificity and features of each participant of this interaction is considered Clause is directed on deeper understanding by the psychologists of activity of the trainer, that will promote more effective preparation of the sportsmen.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS THE METHOD OF TEACHING IN THE UNIVERSITIES SPECIALIZED IN PHYSICAL CULTURE

Nikitina E.D., Ph. D., Professor

Shubina G.L., lecturer

Blinova A.V., lecturer

The Moscow State Academy of Physical Culture and Sports

Summary. Key words: teaching process, socio-psychological training, active methods of teaching, perception of your "Ego".

This article is not aimed to analysis in details traditional and untraditional methods of training. The authors want to attract your attention to such a form of education as trainings which help to generate creativity in getting new knowledge and to form students' attitude to the human as the highest value. This task is relevant not only for students specializing in "Pedagogies and Psychology", but also for all students of trainer's faculties, because trainer has to consider his pupils, which sometimes are very sensitive and defenseless, first as individualities and then as sportsmen. Trainings would teach you how to treat competently both of your "Ego" and of other humans' personalities.