

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://stuservis.ru/glava-diploma/264977>

Тип работы: Глава диплома

Предмет: Психология

Глава 2 Особенности изучения психической надежности спортсмена в связи с особенностями социально-психологического климата в команде

2.1 Особенности изучения психической надежности спортсмена

2.2 Методики исследования

Глава 3 Анализ результатов исследования

3.1 Организация исследования

3.2 Анализ результатов исследования

3.3 Рекомендации по повышению психической надежности спортсмена в связи с особенностями социально-психологического климата в команде

2.1 Особенности изучения психической надежности спортсмена

Надежность проявляется в сохранении высокой результативности независимо от возникающих обстоятельств. Проблема психической надежности в спорте является проблемой выявления психических резервов спортсменов или команды, целенаправленного их формирования в учебно-тренировочном процессе и оперирования ими при непосредственной подготовке к соревнованию и в ходе спортивной борьбы.

В условиях спортивной деятельности психическая надежность возникает в результате моделированной тренировки, регуляции мотивационной структуры спортсмена, управлении межличностными отношениями в социальной группе спортсменов и учета их личностных черт.

По мнению В.Э. Мильмана [Мильман В.Э. Некоторые вопросы повышения спортивной надежности // Практические аспекты психологической подготовки спортсменов: Материалы Всесоюзного симпозиума. М., 1976. С. 121 - 129], Г.В. Ванева, О.М. Коваль, психическая надежность отражает одну из сторон (очень существенную), обеспечивающую проявление общей надежности - устойчивость функционирования психического механизма управления спортивной деятельностью.

С психической надежностью исследователи связывают психологический фактор, играющий интегрирующую роль, а также отвечающий за уровень психорегуляции, создающий при этом предпосылки для реализации биомеханического, медико-биологического и социально-педагогического факторов надежности личности спортсмена [Попов А.Л. Спортивная психология. М., 2000.]. Важнейшими слагаемыми психической надежности специалисты считают регуляцию эмоциональных состояний, волевые проявления, характеристики нервной системы, мотивы деятельности и их иерархию в структуре личности, коммуникативные способности.

Теоретический анализ определений "надежности" показывает, что надежность как отражательная характеристика объективно существующего мира может быть определена с системно-структурных позиций. Системно-структурный подход в целом позволяет показать надежность в динамике ее формирования с позиций психологии и психофизиологии. На основе этого надежность соревновательной деятельности можно определить, как свойство системы эффективно выполнять целевые задачи в экстремальных условиях соревнований в течение требуемого времени. Под экстремальными условиями соревнований понимается непосредственно соревновательная деятельность, а под соревновательной надежностью - системное, интегральное, комплексное качество спортсмена, позволяющее ему эффективно выступать на ответственных соревнованиях в условиях спортивной конкуренции в течение определенного времени.

Так как в основе оценки надежности соревновательной деятельности лежит ее результативность (эффективность), то конкретный результат, показанный спортсменом на конкретном соревновании - признак надежности в данное время, а основой стабильной надежности служит динамика спортивной результативности за определенный промежуток времени [Попов А.Л. Спортивная психология. М., 2000.]. Для обретения стабильной надежности необходимо включение спортсмена в многолетний целенаправленный учебно-тренировочный процесс, входящий в понятие "спортивная деятельность".

Большое значение в надежности спортивной деятельности имеет ее прогнозирование - предвидение динамики и уровня надежности предстоящих спортивных выступлений. Принципиально важным является понятие долгосрочности прогноза. Поэтому особое место в определении надежности при прогнозировании занимает ее изменение во времени. Прогнозирование представляется очень сложным процессом, поскольку главным условием надежности является готовность действовать эффективно в экстремальных условиях. В основу прогноза надежности закладываются многочисленные показатели, которые можно разделить на социальные, социально-психологические, личностные, функциональные и показатели спортивного результата [Попов А.Л. Спортивная психология. М., 2000.; Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., 2003].

Таким образом, применительно к субъекту деятельности надежность характеризует определенную структуру компонентов деятельности (характеристик субъекта), их взаимосвязь (взаимодействие, взаимодействие) и иерархию этих характеристик, а также функциональные механизмы их изменения в целях достижения тех значений параметров деятельности, которые в конечном счете обеспечивают проявление способности человека безотказно, безошибочно и своевременно выполнять деятельность в течение определенного времени при заданных условиях.

Перечисленные выше особенности изучения психической надежности спортсмена влияют на обоснованность выбора методик исследования психической надежности спортсмена в связи с особенностями социально-психологического климата в команде.

2.2 Методики исследования

Для определения психической надежности спортсмена психологами используется тест В.Е. Мильмана, дающий представление об основных компонентах надежности. В своем тесте В.Е. Мильман выделяет следующие компоненты, формирующие психологическую надежность: саморегуляция, эмоциональная соревновательная устойчивость, мотивационно-энергетический компонент, стабильность и помехоустойчивость.

Показатели саморегуляции – это параметры, позволяющие правильно оценивать и осознавать свое эмоциональное состояние, умение на него влиять и перестраиваться в ходе соревнований, а также умение настроить себя перед соревнованием, в перерывах, в умение планировать свои действия и изменять их в зависимости от обстоятельств.

-

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://stuservis.ru/glava-diploma/264977>