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/kontrolnaya-rabota/417917

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: Психология

ВВЕДЕНИЕ 1
Психологические проблемы в спорте 2
ВЫВОДЫ 12
СПИСОК ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ 13

Тема была выбрана для исследования и является актуальной в результате того, что развитие современного спорта с каждым днем расширяет наши представления о границах человеческих возможностей. Спорт становится все более профессиональным и ставит новые вызовы перед спортивной наукой. Спорт – престижная, элитная и всегда публичная деятельность. Любая победа или проигрыш в большом спорте находят свой социальный отклик и подвергаются публичным оценкам и дискуссиям. Молодежь превращает своих любимцев в объект для подражания, они для нее пример совершенства. Это повышает моральную ответственность и создает значительные проблемы для тренеров и спортсменов, особенно тех, которые уже имеют мировые достижения и занимают элитное место в большом спорте.
Непрерывно снижающаяся возрастная граница приводит к раннему включению спортсменов в спорт высоких достижений. Большая часть из них слишком рано покидают свои семьи, т. е. время общения с родителями сильно сокращается. Ограничение и обеднение социальных взаимодействий молодых спортсменов неизбежно сказывается на их личностном развитии. Меняется отношение к спорту, к активности, к мотивации и к ценностным ориентациям.
Тема в целом широко представлена в отечественной литературе. Особое значение имеют выводы сделанные Анцыферовой Л.И., Асмоловой А.Г., Басовым А.В., Громыко Ю.В., Зиньковским А.К., Лисицыным Ю.П., Малыгиным А.М., Новиковым В.В., Тихомировым Л.Ф и др.
Цель работы состоит в изучении психологических проблем в спорте.
Исходя из цели в работе были поставлены следующие задачи:
1. Проанализировать основные психологические проблемы в спорте.
2. Представить направления разрешения выявленных психологических проблем в спорте.
Психологические проблемы в спорте
Психология спорта – это область психологической науки, изучающая закономерности психических проявлений человека в процессе тренировочной и соревновательной деятельности. Спорт связан со стремлениями к максимальным достижениям и к победе, с большими физическими и психологическими нагрузками. Необходимость данной науки объясняется тем, что психология существенно помогает спортсменам и тренерам справится с проблемами и впоследствии достичь высоких спортивных результатов .
Соревновательная деятельность подвергает спортсмена воздействию на личности, потому что обладает:
- публичностью, а именно, оценкой со стороны зрителей, освещение в средствах массовой информации;
- значимостью для спортсмена в достижении результата;
- ограниченность числа попыток;
- ограниченность времени;
- смена мест соревнований.
Все это приводит к возникновению нервно-психического напряжения.
Существует 2 вида стресса:
- физический стресс - характеризуется высокоинтенсивными нагрузками и физическим истощением;
- эмоциональный стресс - провоцирует психические нарушения.
Поэтому перед соревнованиями требуется:
- собрать информацию о месте соревнований, о соперниках;
- проанализировать возможности спортсмена, создать прогноз успешности;
- составить цели и задачи;
- эффективно и рационально организовать свободное время.
Успешная подготовка спортсменов зависит и от хорошей мотивации.

Мотивация - состояние человека, которое движет его к действию, она побуждает спортсмена к достижению цели.

1. Бабичев И.В., Лубшев С.А. Критерии психологической подготовленности спортсменов в аспекте оценки эффективности их психологической подготовки // Психология человека в образовании. 2022. Т. 4. № 3.С. 372-380.
2. Брынцева Е.В. Психологическое сопровождение подготовки спортивного резерва: методические рекомендации. М. 2022. 59 с.
3. Гайдамашко И.В., Бабичев И.В. Классификация видов спорта с точки зрения психологического сопровождения подготовки спортсменов // Спортивный психолог. 2022. № 1 (61). С. 54-60.
4. Горбунов В.Д. Психопедагогика спорта: учеб.пособие для СПО. М.: Издательство Юрайт, 2019. 269 с.
5. Мельников В.М. Психологизация спортивной деятельности // Материалы Межд. научно-практ. конф., посв.100-летию ГЦОЛИФКА. – Москва, ФГБОУ ВО РГУФК, СиТ, 2018. – С. 27-31
6. Солдатова Г.В, Смирнова Н.В. К проблеме психологического сопровождения спортсменов // Теория и практика физической культуры. 2020. №1. С. 56-58.

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/kontrolnaya-rabota/417917