

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/statya/61825>

Тип работы: Статья

Предмет: Социальная психология

-

Чтобы хорошо стрелять, недостаточно владения только техникой стрельбы. Для достижения высоких результатов также необходимы другие виды подготовки: физическая, тактическая и психологическая. Исследования психологической подготовки стрелков проводились и они связаны с именами П.А. Рудик, А.В. Родионова, В.Ф. Сопова, Г.И. Савенкова, А.Ц. Пуни, В.М. Мельникова, О.А. Черниковой, В.Н. Непопалова, А.Н. Романина, Н.А. Худадова и др. Однако данная тема сих пор остается малоизученной, хотя является очень актуальной при подготовке стрелков [1, с. 33].

Психологическая подготовка стрелков связана с регуляцией эмоциональных состояний при стрельбе, с целенаправленным управлением своими двигательными действиями.

Сейчас выделяют следующие задачи психологической подготовки стрелков:

- изучение психических и физиологических изменений, происходящих в организме человека во время стрельбы;
- индивидуальный подход к стрелку, и подбор средств для нормального функционирования психического состояния.

Известно, что на результат выстрела очень большое влияние оказывает психическое состояние стрелка.

Тренированные стрелки высокого класса могут управлять своим состоянием и показывать высокие и стабильные результаты. Данную способность они приобретают в процессе систематических тренировок, постоянного совершенствования психологической и технической подготовки.

Часто наблюдается такое, что во время учебно-тренировочных занятий с учебным оружием стрелки ведут себя очень уверенно. Однако на боевом рубеже, когда приходится иметь дело с оружием, заряженным боевыми патронами, становятся растерянными и скованными. И это считается нормальным явлением, поскольку стрельба из боевого оружия у человека ассоциируется с эмоциями страха и тревоги. Эти эмоции затормаживают функциональные действия нервной системы и вызывают напряжение психики курсанта. Поэтому с учетом психологических данных необходимо применять знания комплексно, учитывая индивидуальные особенности стрелка, его темперамент, характер, ценностные ориентации, склонности. И только после этого необходимо выстраивать индивидуальную программу психологической подготовки.

Трудностью в психологической подготовке курсантов является то, что в этом процессе необходимо задействовать все проявления психики и личности человека.

А. М. Столяренко [4, с. 375] считает, что один и тот же человек в одних и тех же экстремальных ситуациях, но в разное время, может вести себя по-разному. Это связано с основной ролью личностных особенностей человека. Поэтому наряду с тактической подготовкой очень важна психологическая подготовка курсантов. В современной литературе по подготовке стрелков выделяют три этапа психологической подготовки:

- 1) на практических занятиях;
- 2) на тренировках и учебно-тренировочных сборах;
- 3) во время выступления на соревнованиях, экзаменах и контрольно-проверочных стрельбах.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Благодатин А. Б., Чебаев А. А., Судницин И. В., Гурылев В. И., Конычев А. А. Сущность и понятие психологической подготовки стрелков // Успехи современной науки. - 2015. - Том:1. - № 3. - 2017. - Стр. 33-36.
2. Огневая подготовка : учебник / Ю.Б. Байрамуков, В.С. Янович, И.Л. Михайлов [и др.] ; под общ. ред. Ю.Б. Торгованова. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2015. – 256 с.
3. Психологическая подготовка спортсмена в стрелковом спорте [Текст]: Методические рекомендации / сост. И.В. Нагорнов, Д.А. Сарайкин. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2017. – 43 с.
4. Тимошенко Л.И., Кудрявцев Р.А. Обучение стрелков психологической готовности к производству выстрела // Современные наукоемкие технологии. – 2015. – № 12-2. – С. 375-378; URL: <http://www.top-technologies.ru/ru/article/view?id=35275> (дата обращения: 31.03.2019).

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/statya/61825>