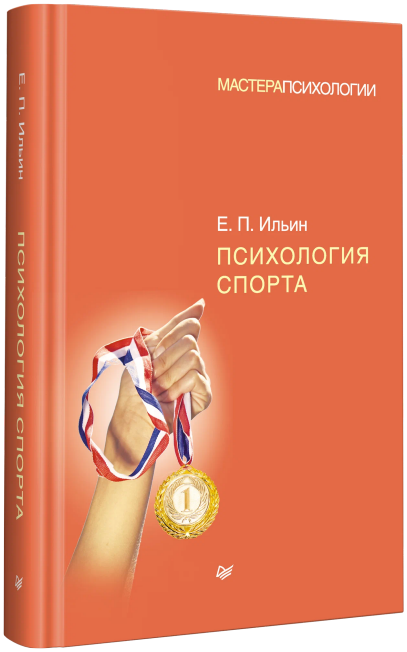
VIEW FULL GALLERY >

спортивна психологія — книги, тренінги та основи мотивації спортсмена

Photo Gallery



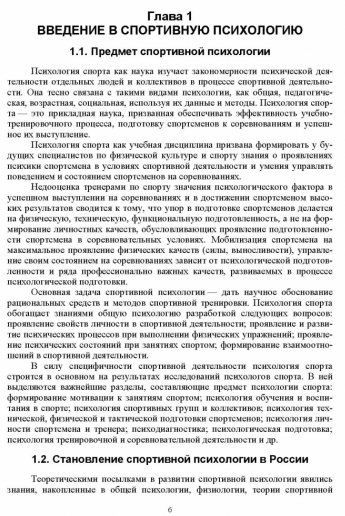
Психология спорта - фото 1.

Основы спортивной психологии.

В международном (по составу авторов) учебнике изложены основ

Психология физической культуры и спорта, Юрайт.

Психология спорта.



Глава 1
ВВЕДЕНИЕ В СПОРТИВНУЮ ПСИХОЛОГИЮ

1.1. Предмет спортивной психологии

Психология спорта как наука изучает закономерности психической деятельности отдельных людей и коллективов в процессе спортивной деятельности. Она тесно связана с такими видами психологии, как общая, педагогическая, возрастная, социальная, используя их данные и методы. Психология спорта — это прикладная наука, призванная обеспечивать эффективность учебно-тренировочного процесса, подготовку спортсменов к соревнованиям и успешное их выступление.

Психология спорта как учебная дисциплина призвана формировать у будущих специалистов по физической культуре и спорту знания о проявлениях психики спортсмена в условиях спортивной деятельности и умения управлять поведением и состоянием спортсменов на соревнованиях.

Недооценка тренерами по спорту значения психологического фактора в успешном выступлении на соревнованиях и в достижении спортсменом высоких результатов сводится к тому, что упор в подготовке спортсменов делается на физическую, техническую, функциональную подготовленность, а не на формирование личностных качеств, обусловливающих проявление подготовленности спортсмена в соревновательных условиях. Мобилизация спортсмена на максимальное проявление физических качеств (силы, выносливости), управление своим состоянием на соревнованиях зависит от психологической подготовленности и ряда профессионально важных качеств, развиваемых в процессе психологической подготовки.

Основная задача спортивной психологии — дать научное обоснование рациональных средств и методов спортивной тренировки. Психология спорта обогащает знаниями общую психологию разработкой следующих вопросов: проявление свойств личности в спортивной деятельности; проявление и развитие психических процессов при выполнении физических упражнений; проявление психических состояний при занятиях спортом; формирование взаимоотношений в спортивной деятельности.

В силу специфичности спортивной деятельности психология спорта строится в основном на результатах исследований психологов спорта. В ней выделяются важнейшие разделы, составляющие предмет психологии спорта: формирование мотивации к занятиям спортом; психология обучения и воспитания в спорте; психология спортивных групп и коллективов; психология технической, физической и тактической подготовки спортсменов; психология личности спортсмена и тренера; психодиагностика; психологическая подготовка; психология тренировочной и соревновательной деятельности и др.

1.2. Становление спортивной психологии в России

Теоретическими посылками в развитии спортивной психологии явились знания, накопленные в общей психологии, физиологии, теории спортивной

6

Часть 2. Спортивная психология.

Психология спорта.

Психологія спорту.

Спортивная психология Юрайт. telegram.

About This Collection

Часть вторая спортивной психологии раскрывает, как спорт формирует мотивацию и влияет на психику. Спортивная психология объединяет теорию и практику, показывая, что спорт — это психология. К. Сафонова. В этой части мы изучаем психологию спорта, где каждая физическая нагрузка становится частью психологической модели спортсмена. ru доступна книга «Психология спортсмена: слагаемые успеха» В. Можно купить книгу по выгодной цене в «Читай-город», где издательство Юрайт предлагает учебники и тренинги. Здесь читай о том, как формирование спортивной мотивации и психологическая совместимость помогают достичь успеха. Перейдите по ссылке выше, чтобы просмотреть полную галерею.

See the full gallery: View Full Gallery Online

Source: Read the original article on infolibrary.com.ua

Related:

- apocalust
- ghettgaggers
- 1silkc00059
- simplenolan nude
- Alura Jenson Big Tit MILF Pics and Videos
- ceromachofilms
- کس تپل ایرانی
- bruna anjos nua
- lo娘足交
- Definitive Hentai Pack, Curated Adult Anime Scenes & AI Chats
- Stick-On Shower Shelves: Adhesive Caddie
- Candid Voyeur Telegram – Amateur Upskirt, Creepshot & Street
- Raperin Yılmaz porno videoları ve dans sahneleri galerisi
- simplenolan nude
- Favorite NMIXX stage this year
- Georgina Rodriguez deepfake explicit collection online
- nita starsession
- Star Sessions Secret Stars Set Featuring Bethany Photos
- Uno Kanaya JAV Collection: Exclusive Madonna-Inspired Acts
- nature cute wallpaper