

УДК (37.015.3:796)(075.8)

ББК 88.4я73

П 384

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

к. п. н., профессор Э. А Кулакова (С-Петербургский гос. университет физической культуры),

к. п. н. В. А. Дерючева (Московская гос. академия физической культуры)

З. П. Плетнева. Психология педагогической деятельности тренера. – Курс лекций по дисциплине. Малаховка: МГАФК, 2007. – 76 с.

Учебное пособие – курс лекций по дисциплине «Психология педагогической деятельности тренера» включает современные представления по данной теме ведущих отечественных и зарубежных специалистов.

Курс лекций подготовлен автором для студентов Вузов физической культуры, обучающихся по специальности 032101 «Физическая культура и спорт». Курс лекций по данной дисциплине включает шесть основных лекций по темам: 1. «Особенности психологической работы тренера». 2. «Общая характеристика спортивной деятельности». 3. «Особенности взаимоотношений личности спортсмена и тренера». 4. «Стресс в спортивной деятельности». 5. «Особенности активизации спортсменов». 6. «Напряженность, тревожность и методы психорегуляции в спортивной деятельности».

Курс лекций предназначен, прежде всего, для студентов Вузов физической культуры, может быть использован аспирантами, а также слушателями ФПК.

*Одобен УМК и утвержден Ученым Советом МГАФК
в качестве курса лекций*

© З. П. Плетнева, 2007

© Московская государственная академия физической культуры, 2007

СОДЕРЖАНИЕ

ЛЕКЦИЯ № 1

Тема: "Особенности психолого-педагогической работы тренера"	3
1. Сущность психолого-педагогической деятельности	3
2. Функции и ролевые позиции тренера	8
3. Ролевые позиции тренера	9
4. Структура деятельности тренера	10
ЛИТЕРАТУРА.....	11

ЛЕКЦИЯ № 2

Тема: "Общая характеристика спортивной деятельности"	12
1. Общая характеристика спортивной деятельности	12
2. Специфические особенности спортивной деятельности	15
3. Классификация спортивной деятельности	15
4. Типология спорта, разработанная в США	18
ЛИТЕРАТУРА.....	19

ЛЕКЦИЯ № 3

Тема: "Особенности взаимоотношений личности спортсмена и тренера"	20
1. Теория личности.....	20
2. Личность спортсмена.....	23
3. Черты личности спортсмена.....	24
4. Межгрупповые сравнения спортсменов	29
5. Женщина в спорте.....	31
ЛИТЕРАТУРА.....	33

ЛЕКЦИЯ № 4

Тема: "Стресс в спортивной деятельности"	34
1. Теоретические и практические исследования проблем в спорте.....	34
2. Понятие о стрессе.....	35
3. Физиологический и психический стресс.....	37
4. Определение тренерами психических компонентов стресса	38
5. Понятие психического стресса по П. Шмидту	39
6. Стресс в структуре деятельности	41

7. Классификация стрессовых факторов	42
8. Личностные факторы регуляции спортивной деятельности	44
ЛИТЕРАТУРА.....	46

ЛЕКЦИЯ № 5

Тема: “Особенности активизации спортсменов”	47
1. Особенности активизации спортсменов	48
2. Длительная и кратковременная подготовка спортсмена к активизации ...	51
3. Методы регуляции уровня возбуждения у спортсменов	52
4. Агрессивность в спорте	55
5. Уровни агрессивности	58
6. Исследования Фолькамера об агрессивности в спорте	61
7. РЕКОМЕНДАЦИИ ТРЕНЕРАМ.....	62
ЛИТЕРАТУРА.....	63

ЛЕКЦИЯ № 6

Тема: “Напряженность, тревожность и методы психорегуляции в спортивной деятельности”	64
1. Напряженность	64
2. Тревожность	66
3. Причины тревожности	66
4. Снятие тревожности	68
5. Рекомендации тренерам.....	70
6. Методы психорегуляции в подготовке спортсменов.....	71
ЛИТЕРАТУРА.....	75