

А

Рекомендовано к изданию
экспертно-методическим советом
Гуманитарного института
Протокол № 9 от «23» мая 2018 г.

УДК: 796:159.9(07)

Ш 96

Шумова Н.С. Компоненты психической деятельности спортсменов и их роль в обеспечении надежности действий в экстремальных условиях / Н.С. Шумова, Ю.В. Байковский. – Ульяновск : Зебра, 2018. – 99 с.

Рецензенты: Киселева Е.В., кандидат педагогических наук, доцент

В монографии изложены результаты исследований психологических компонентов деятельности спортсменов (моделей психологической готовности спортсмена к выступлению, субсистем активации, навыка самооценивания, эмоциональных стереотипов реагирования) и рассмотрена их роль в обеспечении надежности соревновательных действий в экстремальных условиях деятельности.

Монография предназначена для научных сотрудников, преподавателей, аспирантов, студентов и всех, интересующихся психологией спорта.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
1. Модели психологической готовности спортсмена к выступлению	6
2. Формирование навыка самооценивания	9
3. Роль различных субсистем активации	18
4. Эмоциональные стереотипы реагирования	26
5. Значимость сигналов с фрактальными спектрами для качественных изменений структуры психической деятельности у спортсменов	42
6. Эмоциональная компетентность	54
Заключение	65
Список литературы	70
Приложение А – Таблицы для формирования навыка самооценивания правильности выполнения тренировочных упражнений в волейболе	76
Приложение Б – Анкета «Стресс-факторы в спортивном плавании»	86
Приложение В – Эмоциональный интеллект: русскоязычная адаптация теста Мэйера–Сэловея–Карузо (MSCEIT V2.0)	89