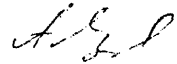


4902

А

На правах рукописи



ЛИНЬКОВА АННА МИХАЙЛОВНА

**ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО
ПРОЦЕССА ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ 8-10 ЛЕТ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ**

**Специальность 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной
и адаптивной физической культуры**

**Специальность 19.00.01 – Общая психология, история психологии и
психологии личности**

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва – 2004

А

Работа выполнена в Российском Государственном университете
физической культуры, спорта и туризма

Научный руководитель: - кандидат педагогических наук, доцент
ИВАНОВА Татьяна Семеновна

Научный консультант: - кандидат психологических наук,
УЛЯЕВА Лира Гаязовна

Официальные оппоненты: - доктор педагогических наук, профессор
Топышев Олег Павлович

- кандидат психологических наук, доцент
Першина Людмила Алексеевна

Ведущая организация: Всесоюзный научно-исследовательский
институт физической культуры и спорта

Защита состоится "18" мая 2004 г. в "13⁰⁰" часов на
заседании диссертационного совета К.311.003.01 при Российском
Государственном университете физической культуры, спорта и туризма по
адресу: Москва, Сиреневый бульвар 4

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российского
Государственного университета физической культуры, спорта и туризма

Автореферат разослан "15" апреля 2004 г.



Ученый секретарь диссертационного совета

Чеботарева И.В.

Общая характеристика работы

Актуальность темы. Одной из ведущих тенденций, характеризующих развитие современного спорта, является процесс все возрастающего влияния психологического фактора, как на эффективность тренировочной деятельности спортсменов, так и на успех их выступления в соревновании. Спортивная деятельность, как правило, протекает в условиях значительной эмоциональной напряженности, обусловленной ответственностью спортивных задач, недостатком полезной информации, дефицитом времени, фактором неожиданности, большими физическими и психическими напряжениями и т.п. Возникновение неблагоприятных психических состояний, вызванных экстремальными условиями деятельности, делает необходимой разработку средств их предупреждения и регуляции, а также воспитания психических свойств личности, способствующих высокой психической устойчивости (Л.П.Матвеев, 1977; Б.А. Вяткин, 1981; Т.С. Иванова, Т.М. Макаренко, 1988; В.В. Медведев, 1989).

Психорегуляция достаточно широко применяется в спортивной деятельности высококвалифицированных спортсменов с целью регуляции их психических состояний, способствующих наиболее оптимальному использованию физических и технических возможностей спортсмена. Однако тренеры зачастую начинают обращать внимание на возможности психорегуляции, когда их спортсмены находятся уже на уровне высокой спортивной квалификации. Восполнить на этом уровне упущенное ранее становится проблематичным, а порой и весьма затруднительным ввиду сформировавшихся психических стереотипов деятельности и поведения. Именно на уровне высокой спортивной квалификации становятся очевидными недостатки психической подготовки юных спортсменов. Работа со взрослыми по восполнению пробелов, допущенных ранее, малопродуктивна и не дает должного эффекта, требуя длительного времени.

