

Министерство образования и науки Российской Федерации
ГОУ «Ярославский государственный педагогический
Университет имени К. Д. Ушинского»

Выпускная бакалаврская работа

**Влияние социально-психологических и эмоционально-волевых
качеств спортсмена, представляющего командные виды спорта, на
успешность его деятельности.**

Введение

Спорт представляет собой специфический род физической и интеллектуальной активности, совершаемой с целью соревнования, а также целенаправленной подготовки к ним путём разминки, тренировки, в сочетании с отдыхом, стремлением постепенного улучшения физического здоровья, получения морального и материального удовлетворения, стремления к совершенству, улучшению личных, групповых и абсолютных рекордов, славе, улучшения собственных физических возможностей и навыков [60].

Спорт (англ. sport, сокращение от первоначального disport — «игра», «развлечение») рассматривается, как организованная по определенным правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе.

Постоянное стремление человека удовлетворять свои потребности в движении, развивать физические качества способствовало тому, что физические упражнения постепенно трансформировались в современные виды спорта.

В наше время большое развитие получает культура досуга, спортивные состязания и наблюдения за ними стали популярными развлечениями для зрителей и профессиональной деятельностью для спортсменов.

В современной России спорт высших достижений только начинает возрождаться после распада СССР. И в нашей стране тема спорта особенно актуальна, т. к. в преддверии Олимпиады в Сочи в 2014 году повсюду строятся новые спортивные комплексы, арены, восстанавливаются детско-юношеские спортивные школы, закрытые когда-то из-за нехватки спортсменов и финансирования, строятся современные трассы, заливаются катки для массового катания в каждом дворе и т.п. Многие спортсмены, чемпионы и призеры Олимпийских игр прошлых лет, чемпионы России,

актеры, артисты, певцы, политики участвуют в различных спортивных шоу, пропагандируя тем самым здоровый образ жизни, культивируя спорт. Именно поэтому мы выбрали тему спорта, личности спортсмена для данной работы, ведь не только физическая подготовка, но и психологическая во многом предопределяет конечный результат, определяет победит ли, выиграет ли спортсмен, команда, страна.

Современный спорт и, прежде всего спорт высших достижений, требует целенаправленной, упорнейшей, систематической и длительной тренировки, специальной психологической подготовки. Но разрабатывая и осуществляя наиболее эффективные методы тренировки и управления деятельностью спортсменов во время соревнований, тренеры не могут ограничиться в своей работе только формированием у спортсменов высокого уровня психомоторных функций, требуемых техникой и тактикой конкретного вида спорта. Им необходимо самостоятельно, или, обращаясь к помощи психологов, регулировать развитие и функционирование психологических качеств и особенностей личности спортсменов. Наиболее остро на успешность спортивной деятельности в условиях напряженных тренировок или в обстановке достаточно значимых соревнований действуют волевые качества спортсмена (оптимальный уровень развития которых не позволяет спортсмену бросить начатое, и заставляет его идти вперед к назначенной цели); эмоциональные качества, которые в зависимости от степени их развития и умения спортсмена контролировать эмоциональные переживания, позволяют адекватно относиться к своим результатам, тем самым, повышая эффективность своей деятельности; и социально-психологические качества спортсмена, которые являются основой для формирования его отношения с другими членами команды, от эффективности которых во многом зависит результат деятельности команды.

Основные задачи современной психологии спорта состоят не только в содействии достижению спортсменами высоких спортивных результатов, но

и во всестороннем развитии личности спортсмена, в повышении его общей и психологической культуры [7].

Изучение психологических аспектов в деятельности спортсмена имеет большое практическое значение:

1. После проведения психологических исследований тренер может более эффективно работать со спортсменом. Поведение спортсмена во время тренировки или в стрессовой ситуации соревнования не будет для тренера неожиданностью.
2. Результаты тестирования личности могут быть использованы в индивидуальных беседах и консультациях для максимизации усилий в решении личностных проблем и сведения их к минимуму.
3. Если спортсмен знаком с теоретическими принципами, лежащими в основе проводимых тестов, и понимает значение полученных показателей, то он может более глубоко понять самого себя. Подобное понимание будет способствовать повышению его результатов, более серьезной работе на тренировках и более устойчивой эмоциональной адаптации.
4. Анализ различий в личностных профилях спортсменов в команде может служить для оптимизации их межличностных отношений и предотвращения возникновения нежелательных форм взаимодействия.
5. Показатели определенных черт личности вместе с результатами тщательного анализа бесед, автобиографических данных или данных проективных тестов могут помочь выявить членов команды, эмоциональная адаптация или состояние которых требуют особого внимания либо в данный момент, либо в ходе длительных тренировок или напряженных соревнований [25].

Для нашего исследования были выбраны командные виды спорта, на успешность деятельности представителей которых влияют помимо

личностных качеств, социально-психологические качества, определяющие «существование» спортсмена в команде.

Цель исследования - изучение влияния социально-психологических качеств, особенностей эмоционально-волевой регуляции на успешность деятельности спортсменов, представляющих командные виды спорта.

Задачи исследования:

1. Провести анализ литературы по проблеме влияния эмоционально-волевых и социально-психологических качеств на успешность деятельности спортсмена.
2. Определить специфику командных видов спорта, и выявить особенности спортсменов, представляющих командные виды спорта.
3. Выявить как влияют особенности социально-психологической сферы, эмоционально-волевой регуляции на успешность спортивной карьеры на основе эмпирического анализа.

Объект исследования – социально-психологические качества, черты эмоционально-волевой сферы личности спортсмена;

Предмет исследования – влияние социально-психологических качеств, черт эмоционально-волевой сферы личности спортсмена на успешность его деятельности.

Гипотеза – успешность деятельности спортсменов определяется сходным уровнем развития определенных социально-психологических качеств и черт эмоционально-волевой сферы.