

Психология физического воспитания и спорта : учебник для студ. учреждений высш. образования / под ред. А. В. Родионова, В. А. Родионова. — М.: Издательский центр «Академия», 2016. — 320 с. — (Сер. Бакалавриат).

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	3
РАЗДЕЛ I. ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	6
Глава 1. История психологии физической культуры и спорта.....	6
1.1. Истоки психологии физической культуры и спорта как науки.....	6
1.2. Спортивная психология в Европе и США.....	7
1.2.1. Развитие спортивной психологии в Европе.....	7
1.2.2. Развитие спортивной психологии в США.....	11
1.3. Спортивная психология в СССР (первая половина XX в.).....	12
1.4. Развитие отечественной спортивной психологии в СССР (вторая половина XX в. — наше время).....	14
Глава 2. Психология физической культуры и спорта как отрасль психологической науки.....	20
2.1. Место психологии физической культуры и спорта в системе наук.....	20
2.2. Направления психологии физической культуры и спорта.....	21
2.3. Задачи психологии физической культуры и спорта.....	25
2.4. Основные проблемы психологии физической культуры и спорта.....	27
Глава 3. Потребности и мотивы двигательной активности.....	33
3.1. Потребность в движении.....	33
3.2. Мотивы двигательной активности и спортивных достижений.....	35
3.3. Механизмы мотивации спортивной деятельности в различные возрастные периоды.....	38
Глава 4. Психологические закономерности развития в период детства, отрочества и юности.....	40
4.1. Основные понятия и категории психологии возрастного развития.....	40
4.2. Проблема возрастной периодизации психического развития.....	47

4.3.	Психологические особенности возрастного развития в периоды детства, отрочества и юности.....	51
4.3.1.	Психологические особенности возрастного развития в период новорожденности, младенчества и раннего детства.....	52
4.3.2.	Специфика и условия психического развития дошкольников.....	54
4.3.3.	Специфика и условия развития в младшем школьном возрасте.....	55
4.3.4.	Психологическая характеристика развития в период отрочества.....	56
4.3.5.	Психологические особенности юношеского возраста.....	57
Глава 5.	Психологические основы воспитания.....	60
5.1.	Воспитание с точки зрения психологии.....	60
5.2.	Цели воспитания.....	62
5.3.	Средства воспитания.....	63
5.4.	Теории воспитания.....	66
5.5.	Социально-психологические аспекты воспитания.....	68
5.6.	Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой.....	72
Глава 6.	Психология познания и освоения двигательных действий.....	76
6.1.	Познание мира и сознание.....	76
6.2.	Познавательные психические процессы.....	79
6.3.	Познание в физическом воспитании.....	82
6.4.	Виды действий в деятельности человека.....	83
6.5.	Действие и операция. Навыки, умения, привычки.....	85
6.6.	Возрастные особенности воспитания двигательных навыков и качеств.....	88
Глава 7.	Психологические основы формирования личности в процессе физического воспитания.....	92
7.1.	Психологические предпосылки формирования личности в процессе физического воспитания.....	92
7.2.	Развитие психомоторных и познавательных функций в процессе физического воспитания.....	96
7.3.	Развитие эмоционально-волевой сферы личности в процессе физического воспитания.....	103
Глава 8.	Психология малых групп в системе физического воспитания.....	115
8.1.	Понятие малой группы.....	115
8.2.	Развитие малой группы.....	118
8.3.	Малая группа — спортивная команда.....	120
8.4.	Межличностные отношения в группе.....	122
8.5.	Руководство малой группой — спортивной командой.....	124

8.6. Особенности малых групп детей и подростков различного возраста.....	128
Глава 9. Психологические аспекты оценивания достижений учащихся на уроках.....	132
9.1. Место оценивания достижений учащихся в учебном процессе..	132
9.2. Критериальное оценивание.....	136
9.3. Психологические особенности оценивания на уроках физической культуры.....	139
РАЗДЕЛ II. СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ.....	149
Глава 10. Проблемы спортивной психологии.....	149
10.1. Факторы экстремальной спортивной деятельности.....	149
10.2. Реакция спортсмена на условия экстремальной спортивной деятельности.....	151
10.3. Особенности личности высококвалифицированных спортсменов.....	154
10.4. Уровни психологической работы со спортсменами.....	156
Глава 11. Методы психодиагностики в спорте.....	159
11.1. Развитие психодиагностики в спорте.....	159
11.2. Особенности применения результатов психодиагностических исследований в спорте.....	162
11.3. Организация проведения психодиагностики.....	166
Глава 12. Психологические основы спортивного отбора.....	169
12.1. Критерии профессиональной пригодности в спорте.....	169
12.2. Основные методологические принципы психологического отбора.....	172
12.3. Система психологического отбора в спорте.....	173
Глава 13. Психологические особенности формирования юного спортсмена.....	178
13.1. Уровни (этапы) спортивного мастерства.....	178
13.2. Особенности психического развития юных спортсменов.....	182
13.3. Психолого-педагогические закономерности спортивного совершенствования.....	185
Глава 14. Особенности личности спортсмена.....	188
14.1. Структура личности.....	188
14.2. Специфика мотивов личности в спорте.....	194
14.3. Формирование личности в спорте.....	196
14.4. Групповое взаимодействие как фактор воспитания личности спортсмена.....	198
14.5. Лидерство в спорте и личность.....	201

Глава 15. Личность и авторитет тренера	203
15.1. Структура личности тренера.....	203
15.2. Ролевые позиции тренера.....	205
15.3. Зависимость эффекта воздействия от авторитета тренера.....	206
15.4. Педагогические способности тренера.....	209
Глава 16. Психология спортивных команд	214
16.1. Общее понятие о спортивной команде как малой социальной группе и коллективе.....	214
16.2. Структура спортивной команды.....	216
16.3. Психологические особенности деятельности тренера в спортивной команде.....	218
16.4. Сплоченность и психологический климат в спортивной команде.....	221
Глава 17. Психологические основы физической подготовки	223
17.1. Методологические предпосылки.....	223
17.2. Система физической подготовки.....	225
17.3. Физические качества спортсмена.....	227
17.4. Индивидуализация физической подготовки.....	230
Глава 18. Психологические основы технической подготовки	235
18.1. Психологическая структура двигательных навыков в спорте.....	235
18.2. Психологические механизмы технической подготовки.....	236
18.3. Особенности протекания психических процессов при технической подготовке.....	239
18.4. Формирование и совершенствование спортивных навыков.....	242
Глава 19. Психологические основы тактической подготовки	245
19.1. Психологическая характеристика тактики в спорте.....	245
19.2. Тактическое мышление в спорте.....	249
19.3. Основные закономерности тактической подготовки.....	251
Глава 20. Психические состояния в спорте	257
20.1. Представление о психическом состоянии.....	257
20.2. Факторы и элементы психических состояний.....	259
20.3. Стресс как психическое состояние спортивной деятельности.....	260
20.4. Компоненты психического состояния.....	264
Глава 21. Психологическая подготовка спортсменов и команд	268
21.1. Основы психологической подготовки.....	268
21.2. Предпосылки психологической подготовки.....	269
21.3. Виды психологической подготовки.....	270
21.4. Средства и методы психологической подготовки.....	276

Глава 22. Психология управления поведением и деятельностью спортсмена в ситуациях соревнования.....	280
22.1. Психологическое понятие управления.....	280
22.2. Средства управляющих воздействий.....	282
22.3. Средства воспитывающих воздействий.....	285
22.4. Применение средств психической регуляции в процессе соревнований.....	292
22.5. Психологические факторы секундирования.....	297
Глава 23. Психология женского спорта.....	303
23.1. Становление женского спорта.....	303
23.2. Пол как совокупность признаков.....	305
23.3. Особенности организации тренировочного процесса в женском спорте.....	307
23.4. Психологические особенности девочек-спортсменок.....	310
Заключение.....	314