

эффективность обучения и воспитания, оптимизировать психофизическое развитие каждого занимающегося с учетом его интересов и возможностей, привить желание вести здоровый образ жизни и заниматься физическими упражнениями на протяжении всей жизни.

Список литературы

1. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков / Г.Л. Апанасенко – Киев, 1985. – 213 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
3. Новиков А.Д. Возрастные особенности развития физических качеств / А.Д. Новиков – М., 1976. – 309 с.

Шустова А.И., Ханевская Г.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Проблема готовности тренера к психологическому сопровождению учебно-тренировочной деятельности

С целью эффективной партнерской работы с ребенком и взрослым человеком нынешнему преподавателю и тренеру следует владеть высококачественной эмоциональной подготовкой и обладать мастерством осуществления её в ходе профессиональной деятельности.

Немаловажно осознавать неповторимость человека как ценности, принимать во внимание психологические характерные черты людей в разных возрастных стадиях, обладать навыком оснащения преподавательской работы результативными психотехнологиями, реализовывать психологически аргументированную плодотворную связь с обучающимися и их социальной средой, являться субъектом осуществления и восполнения личных психологических ресурсов.

Значимым нюансом в труде тренера считается подготовленность к психологическому сопровождению учебно-тренировочной деятельности, так как от знания и учета эмоциональных отличительных черт субъекта спортивной

деятельности зависит результат спортивного сотрудничества. По этой причине обращение к этому вопросу считается важным и актуальным.

Проблемами эмоционального сопровождения спортивной деятельности обязан заниматься специалист по психологии. Однако, как демонстрирует практическая деятельность, в нынешних спортивных школах не имеется этого эксперта, по этой причине функция психологического сопровождения передается в руки тренера. Из-за этого появляется резкая потребность в увеличении психологической компетентности тренера, способного высококачественно реализовывать психологическую поддержку учебно-тренировочного процесса.

Под психологическим сопровождением учебно-тренировочной деятельности понимаем деятельность тренера, направленную на создание психологических условий для успешной подготовки и психологического развития спортсмена.

Подготовленность тренера к психологическому сопровождению учебно-тренировочной работы рассматривается равно как осуществление тренером ключевых направлений психологического сопровождения.

В понятие «Направления психологического сопровождения спортивной деятельности» включаются ее способы и условия.

Словами психологического сопровождения станут разнообразные типы эмоциональной поддержки, понимаемой как поддержку в преодолении определенных проблем.

При этом представлении психологической поддержки её главными направлениями станут:

- обучение – поддержка при овладении познаниями, умениями навыками;
- воспитание – поддержка в формировании личности и индивидуальности;

- психодиагностика – поддержка в самопознании и индивидуализации спортивной подготовки на базе исследования его эмоциональных отличительных черт и процесса развития;
- психопрофилактика – поддержка в предотвращении появления формирования деструктивных психологических явлений;
- психокоррекция – поддержку в корректировании, снятии, перевоспитании ранее появившихся неблагоприятных психологических явлений;
- психологическое просвещение – поддержка в овладении психическими познаниями, важными с целью самосовершенствования в спорте и жизни;
- индивидуальный настрой – личные консультации с тренером с целью постановки цели и вхождения в особенное ресурсное положение с целью достижения наибольших результатов.

Профессиональная деятельность психолога в учебно-тренировочной деятельности имеет специфичные черты, которые принципиально отличают ее от других направлений и должны быть учтены при планировании психологического воздействия в учебно-тренировочном процессе. Игнорирование этой специфики приводит к снижению эффективности психологического сопровождения и в итоге – к разочарованию в целесообразности сотрудничества с тренером.

Охарактеризованные тенденции сформировывают целостное понимание о ходе психологического сопровождения учебно-тренировочной деятельности, при содержательном наполнении которых предусмотрены характерные черты субъекта и его деятельности. Введение вышеназванных течений гарантируют высококачественно распоряжаться деятельностью процессом учебно-тренировочного процесса.

Список литературы

1. Богданова, М.В. Использование психодиагностики в работе тренера детской спортивной школы / М.В. Богданова, В.Р. Малкин // Рудиковские чтения: сб. матер. IX-ой Международной науч.-практ. конф. психологов спорта

и физической культуры, 26–29 мая 2013 г. / ред. совет А.Н. Блеера, В.Н. Непопалова, В.Ф. Сопова. – М.: Анита Пресс, 2013. – С. 74–76

2. Берладина Е.Л. Психологическое сопровождение личностного развития учащихся в условиях профильного обучения. Автореф канд. дисс...психол наук. - Ставрополь, 2003. - 24с.

3. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания.- Ростов н/Д.: Феникс, 2008

Шутилова. Е. А., Степина Т.Ю.

Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург

Традиционные виды спорта и здоровый образ жизни в Финляндии

Цель данной работы – описание традиционных, а также необычных видов спорта, популярных в Финляндии; показать, чем отличается здоровый образ жизни в России от финского и чем они похожи; сравнить спортивные предпочтения и спортивный менталитет двух наций, ответить на вопрос, почему все финны, в среднем, занимаются спортом больше, чем русские.

В этом учебном году, в первом семестре, мне посчастливилось поучиться в Финляндии по программе по обмену студентами от УрГУПС в университете прикладных наук Лауреа.

На территории Финляндии находится более 9000 различных спортивных залов. Их могут посещать все желающие, но, конечно, за определенную плату. Большинство залов являются коммерческими организациями, но есть и муниципальные.

Хочется заметить, что даже в маленьких городах в Финляндии очень хорошо обустроены спортивные уличные площадки и площадки для детей. В городе Хювинкя, где нас разместили, даже был мини скейтпарк. Во время прогулок по городу, между частными домами, я встречала группы людей, играющих в странные «спортивные» игры, которые русскому человеку могут показаться даже, в некоторой степени, дикими.