

СЕКЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

УДК 796.92

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО АСПЕКТА В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

А. А. Агеева (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *Т. Д. Полякова*,
д-р пед. наук, профессор

Психолого-педагогическая подготовка спортсменов является важной основой в успешной спортивной деятельности, которая включает в себя комплекс мероприятий и методов, направленных на развитие психологических и педагогических аспектов подготовки спортсменов к соревнованиям и тренировочному процессу. Этот подход включает в себя как психологическую подготовку, так и элементы педагогики, что позволяет более эффективно развивать не только физические, но и психические качества спортсменов.

По мнению ряда авторов, подготовка спортсменов должна быть комплексной и учитывать все аспекты их развития: физический, психологический и социальный. Психологическая подготовка должна включать в себя развитие таких качеств, как мотивация, уверенность в себе, эмоциональная устойчивость и способность к концентрации [1].

Важно отметить, что спорт в настоящее время отличается проявлением эмоциональной устойчивости, благоприятным эмоциональным состоянием, высоким уровнем когнитивных процессов, где проявляется не всегда адекватное здоровое соперничество. Данная проблема требует от лыжников-гонщиков развития волевых качеств, мотивации, психической устойчивости и саморегуляции психического состояния. Возникает необходимость интеграции психологии и педагогики в спортивной подготовке для достижения оптимальных результатов. Психолого-педагогическая подготовка способствует не только повышению спортивных достижений, но и формированию гармоничной личности спортсмена.

По нашему мнению, вопросы, касаемые учебно-тренировочного процесса этапа начальной специализации, недостаточно изучены. Одной из проблем является недостаточная научно-методическая разработанность вопросов психолого-педагогической подготовки юных спортсменов на ранних этапах спортивной подготовки.

Литература

1. **Губа, В. П.** Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта / В. П. Губа. – М.: Советский спорт, 2008. – 304 с.