

Психологія спорту

Метою вивчення навчальної дисципліни «Психологія спорту»

є сформувати у студентів систему знань про закономірності психічної діяльності людини в процесі підготовки та участі у спортивних змаганнях; вивчення загальних основ психології спорту, психіки спортивної діяльності, психології спортивного спілкування та роботи психолога з спортсменами.

Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни є: - ознайомити студентів з роботою спортивного психолога; - сформувати у студентів знання про основні підходи, методичні прийоми, які використовуються при вивченні індивідуальних особливостей та типологічних властивостей людини в умовах спортивної діяльності. - формувати у студентів навички діяти відповідно своїх професійних обов'язків у конкретних ситуаціях; уміння використовувати набуті знання у практичній професійній діяльності.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен: - **знати:**

основні напрями сучасної психології спорту; психологічну структуру рухових дій, спортивного змагання, станів спортсмена у передзмагальні моменти, систему психологічної підготовки спортсмена, механізми впливу психологічного клімату на особу спортсмена та специфіку його діяльності; методи дослідження психічних процесів, які виникають в умовах спортивної діяльності.

- **вміти:** вивчати властивості нервової системи спортсменів за допомогою тестів і методів психологічного дослідження; проводити психологічне вивчення функціональних процесів і станів спортсмена; проводити психологічний контроль при управлінні тренувальною і змагальною діяльністю спортсменів; застосовувати методи психодіагностики в спорті; спостерігати, аналізувати, узагальнювати психологічні факти, об'єктивно оцінювати