



# СПОРТИВНЫЙ ПСИХОЛОГ

№ 1 (19) - 2010

## Состав редакции журнала "Спортивный психолог"

Журнал осуществляет свою деятельность под патронажем ректора Российского государственного Университета физической культуры, спорта и туризма, заведующего кафедрой "Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности", член корреспондента РАО, доктора педагогических наук, профессора *Александра Николаевича Блеера*

### Учредители журнала:

Российский Государственный университет физической культуры и спорта и туризма  
Ассоциация спортивных психологов РФ

### Главный редактор:

*Непопалов Владимир Николаевич* - кандидат психологических наук, профессор РГУФКСиТ, член-корреспондент Международной академии психологических наук.

### Научная редакционная коллегия:

*Деркач Анатолий Алексеевич* - академик РАО, д.пс.н., профессор, РАКС, Москва.  
*Матыцин Олег Васильевич* - член-корр. РАО, д.п.н., профессор, РГУФКСиТ, Москва.  
*Неверкович Сергей Дмитриевич* - член-корр. РАО, д.п.н., профессор, РГУФКСиТ, Москва.  
*Родионов Альберт Вячеславович* - д.п.н., профессор, РГУФКСиТ, Москва.  
*Волков Игорь Павлович* - д.пс.н., профессор, СПбГУФК, Санкт-Петербург.  
*Горская Галина Борисовна* - д.пс.н., профессор, Кубанский ГУФК, Краснодар.  
*Гусев Алексей Николаевич* - д.пс.н., профессор, факультет психологии МГУ, Москва.  
*Воронова Валентина Ивановна* - к.пс.н., профессор, НУФВиС, Киев, Украина.  
*Ложкин Георгий Владимирович* - д.пс.н., профессор, Ин-т психологии, Киев, Украина.  
*Морсанова Варвара Ильинична* - д.пс.н., профессор, ПИ РАО, Москва.  
*Погорелов Дмитрий Юрьевич* - к.пс.н., Президент Федерации спортивной акробатики РФ.  
*Сопов Владимир Федорович* - к.пс.н., профессор, РГУФКСиТ, Москва.  
*Стрелков Юрий Константинович* - д.пс.н., профессор, факультет психологии МГУ, Москва.  
*Худадов Николай Александрович* - д.п.н., ВНИИФК, Москва.  
*Дрижжика Анатолий Георгиевич* - д.п.н., профессор, ПИ Южного Федерального университета, Ростов-на-Дону.  
*Аванесян Грант Михайлович* - д.пс.н., профессор, ЕГУ, Ереван, Армения.  
*Сивицкий Владимир Геннадьевич* - к.п.н., профессор, БГУФК, Минск, Беларусь.  
*Серенсен Марит* - профессор Норвежской Высшей школы Спортивных наук, Осло, Норвегия  
*Малкин Валерий Рафаилович* - к.пс.н., профессор, Уральский Государственный университет, Екатеринбург.  
*Симоненкова И.П.* - магистр психологии, спортивный психолог Латвийской федерации футбола, Рига, Латвия.  
*Томсон Кайво* - PhD, Лаборатория биологии спорта Таллиннского университета, Таллинн, Эстония.  
*Шоку Навабинежат* - профессор исламского Азад Университета, Тегеран, Иран  
*Янес Каролина* - президент Европейского Союза молодых спортивных психологов, Университет г. Лувена, Бельгия  
*Янев Венцислав* - доктор наук, старший научный сотрудник Национальной спортивной Академии,

София, Болгария.

Технический редактор: *Бульков Юрий Николаевич*, типография "Анита Пресс", Москва.

Фотографии предоставил: Управление информации и связи с общественностью, Управление информационных технологий и Организационно спортивный отдел РГУФКСиТ.

Фотограф - *Попков А.* (УИТ РГУФКСиТ)

Перевод на английский - *Морозова А.*

Методист редакции, дизайн, вёрстка: *Хохлов Д.В.*

## ОГЛАВЛЕНИЕ

---

<b><u>ПРОБЛЕМЫ И ИСТОРИЯ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ</u></b>	<i>Григорьянц И.А.</i> - к.п.н., профессор, РГУФКСиТ <b><u>НЕ ПОВТОРИТЬ ВАНКУВЕР!</u></b>	4
	<i>Габбазовой А.Я.</i> - к.п.н., преподавателем кафедры психологии РГУФКСиТ <b><u>ИТОГИ ОЛИМПИАДЫ В ВАНКУВЕРЕ</u></b>	9
	<i>Сопов В.В.</i> - к.п.н., профессор кафедры психологии РГУФКСиТ <b><u>ТОЛЬКО ЛИ В ОДЕЖДЕ ... ДЕЛО!?</u></b>	11
	<i>Малкин В.</i> - к.п.н., профессор, Институт физической культуры, сервиса и туризма, Екатеринбург <i>Рогалева Л.</i> - к.п.н., доцент, Уральский государственный технический университет, Екатеринбург <b><u>ТОПТАНИЕ НА МЕСТЕ - ИЛИ КУДА ИДТИ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ?</u></b>	13
	<i>Визитей Н.Н.</i> - д.ф.н., профессор Государственного университета физического воспитания и спорта Республики Молдова <b><u>О КОНЦЕПТУАЛЬНЫХ ОСНОВАХ СПОРТИВНОЙ КИНЕЗИОЛОГИИ</u></b>	18
	<i>Сивицкий В.Г.</i> - к.п.н., проф. НУФС, Украина <b><u>ИНТЕГРАТИВНЫЙ ВЗГЛЯД НА ВНИМАНИЕ ЧЕЛОВЕКА</u></b>	25
<b><u>ПСИХОЛОГИЯ ТРЕНИРОВКИ И ПОДГОТОВКИ</u></b>	<i>Губа В.П.</i> - д.п.н., профессор, заведующий кафедрой физвоспитания НОУ ВПО "Смоленский гуманитарный университет", Смоленск <i>Маринич В.В.</i> - к.м.н., доцент кафедры физвоспитания НОУ ВПО "Смоленский гуманитарный университет", Смоленск <b><u>СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНЫХ КВАЛИФИКАЦИЙ НА УРОВЕНЬ ИХ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ</u></b>	28
	<i>Кузнецова М.М.</i> - тренер-преподаватель экспериментальной школы спортивного мастерства "Хлебниково" <b><u>ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ В СФЕРЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ</u></b>	33
<b><u>ПСИХОЛОГИЯ</u></b>	<i>Ушаков А.Ф.</i> - к.п.н., заслуженный тренер России, председатель	38

<b><u>ЛИЧНОСТИ</u></b>	комиссии боевого самбо ФИАС <i>Дементьев В.Л.</i> - д.п.н., профессор, РГУФКСиТ, Москва <b><u>ФОРМИРОВАНИЕ И ПРОЯВЛЕНИЕ ХАРАКТЕРА У СПОРТСМЕНА-ЕДИНОБОРЦА</u></b>	
<b><u>ПСИХОЛОГИЯ СОРЕВНОВАНИЯ</u></b>	<i>Ложкин Г.В.</i> - д.п.н., профессор, гл.н.с. Института психологии им. Г.С.Костюка АПН Украины <i>Колосов А.Б.</i> - к.п.н., с.н.с., зав.лаб. ГНИИФКиС Украины <b><u>ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ В СИСТЕМЕ РЕГУЛЯЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНА</u></b>	42
<b><u>В ПОМОЩЬ ТРЕНЕРУ</u></b>	<i>Игнатьева В.Я.</i> - д.п.н., профессор кафедры теории и методики гандбола РГУФКСиТ <b><u>ФОРМИРОВАНИЕ ИГРОВОГО СОСТАВА ГАНДБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ С УЧЕТОМ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ ИГРОКОВ</u></b>	50
<b><u>МЕТОДЫ СПОРТИВНОЙ ПСИХОДИАГНОСТИКИ</u></b>	<i>Бабушкин Г.Д.</i> - д.п.н., профессор, зав.каф.психологии Сибирского государственного университета физической культуры и спорта (г.Омск) <i>Шумилин А.П.</i> - к.п.н., доцент, зав.каф.спортивных единоборств Сибирского федерального университета (г.Омск) <b><u>КОГНИТИВНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ РЕСУРС И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА СОСТОЯНИЕ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПОРТСМЕНА</u></b>	55
	<i>Гаввердовский Ю.К.</i> - д.п.н., профессор РГУФКСиТ <b><u>ПРИМЕНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИ АДАПТИРОВАННЫХ ВЕРБАЛЬНЫХ КЛЮЧЕЙ В СПОРТИВНОЙ ПСИХОДИАГНОСТИКЕ</u></b>	59
<b><u>МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ</u></b>	<i>Ильин А.Б.</i> - к.п.н., докторант, РГУФКСиТ <b><u>ОЦЕНКА И КООРРЕКЦИЯ ВНИМАНИЯ ВАТЕРПОЛИСТОВ В УСЛОВИЯХ СБОРОВ</u></b>	64
<b><u>ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</u></b>	<i>Гончаров Ю.В.</i> - ИФК и дзюдо АГУ, Адыгея <b><u>АДЫГСКИЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК ФАКТОР ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ПСИХИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ НАЦИОНАЛЬНОГО РЕГИОНА</u></b>	70
	<i>Чуева О.О.</i> - аспирант кафедры психологии РГУФКСиТ <b><u>ЗАВИСИМОСТЬ ВЗАИМОПОНИМАНИЯ В КОМАНДЕ ИГРОКОВ В ПЛЯЖНЫЙ ВОЛЕЙБОЛ ОТ ИХ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ</u></b>	76
<b><u>ПСИХОЛОГИЯ ОБРАЗОВАНИЯ</u></b>	<i>Родионов А.В.</i> - д.п.н., академик РАЕН, профессор, зав. кафедрой психологии РГУФКСиТ <i>Никонова Е.А.</i> - к.б.н., доцент, ст.н.с. ГУНИИ морфологии человека РАМН <b><u>"ПСИХОГЕНЕТИКА СПОРТА" - ОДНО ИЗ НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАПРАВЛЕНИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ "СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ"</u></b>	79
	<i>Головина Л.Л.</i> - к.б.н., профессор кафедры физиологии РГУФКСиТ <i>Копылов Ю.А.</i> - к.п.н., старший научный сотрудник Института возрастной физиологии РАО <i>Акопянц И.А.</i> - директор школы-интерната № 15 циркового профиля для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей <b><u>ОСОБЕННОСТИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА ЦИРКОВОГО ПРОФИЛЯ ДЛЯ</u></b>	85

ДЕТЕЙСИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ  
РОДИТЕЛЕЙ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В РАЗНЫХ ЖАНРАХ  
ЦИРКОВОГО ИСКУССТВА

---

НАУЧНАЯ ХРОНИКА

*Вяткин Б.А.* - член-корр. РАО, д.пс.н, проф., директор Института  
Психологии ПГПУ

*Маркелов В.В.* - д.п.н., проф., зав. кафедрой легкой атлетики и  
спортивных игр ПГПУ

ПЕРМСКИЕ СИМПОЗИУМЫ "ПСИХИЧЕСКИЙ СТРЕСС В  
СПОРТЕ"

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНЫХ КВАЛИФИКАЦИЙ НА УРОВЕНЬ ИХ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ



**Губа В.П.** - д.п.н., профессор, заведующий кафедрой физвоспитания НОУ ВПО "Смоленский гуманитарный университет", Смоленск



**Маринич В.В.** - к.м.н., доцент кафедры физвоспитания НОУ ВПО "Смоленский гуманитарный университет", Смоленск

**Ключевые слова:** личностные качества, юный футболист, психологическая, физическая и техническая подготовка.

**Key words:** personal qualities, the young football player, psychological, physical and technical training.

**Резюме.** Статья посвящена экспериментальному изучению составляющих позитивных личностных качеств спортсменов, которые, влияют на улучшение физической и технической подготовленности игроков. Следовательно, для повышения эффективности спортивной деятельности юных футболистов необходимо проводить целенаправленную психологическую подготовку, которая позволяет оптимизировать реализацию физических и технических возможностей футболистов и обеспечивает повышение эффективности игры.

**Summary.** Clause is devoted to experimental studying of making positive personal qualities of sportsmen which, influence improvement of physical and technical readiness of players. Hence, for increase of efficiency of sports activity of young football players it is necessary to carry out purposeful psychological preparation which allows to optimize realization of physical and technical opportunities of football players and provides increase of efficiency of game.

### **Введение.**

В настоящее время актуальной проблемой подготовки спортсменов является научное и практическое обеспечение спортивной деятельности. Несмотря на очевидную необходимость изучения различных особенностей взаимодействия между составляющими компонентами подготовленности футболистов с целью формирования качеств профессионального игрока. Отдавая в целом особую роль технической и физической подготовке юных футболистов, отметим что повышение уровня их спортивной успешности непосредственно зависит и от индивидуально-личностных психологических качеств и их коррекции.

Целью настоящей работы стало изучение влияния личностных качеств футболистов на уровень их физической и технической подготовленности с дальнейшей возможностью коррекции этого процесса.

### **Методы исследования.**

Для реализации цели были исследованы футболисты двух команд с разной спортивной успешностью, в результате чего были сформированы две группы испытуемых: 1 группа составила 22 человека из команды с высокой успешностью в сыгранных за сезон матчах; 2 группа это 21

юный футболист из команды с более низкой спортивной успешностью. Возраст участников исследования колебался от 12 до 14 лет.

В начале исследования у футболистов обеих групп исследовали индивидуально-личностные характеристики с использованием личностного опросника FPI (Фрагбургский личностный тест) и шкалы личностной тревожности, адаптированной для подростков А.М. Прихожан. Кроме того, определялись показатели физической и технической подготовленности.

В дальнейшем, с целью оптимизации психического состояния и личностных качеств юных спортсменов из команды с низкой спортивной успешностью осуществлялся психологический тренинг, направленный на повышение мотивации к достижению успеха, направленный на осознание испытываемыми имеющихся у них негативных или недостаточно оформленных качеств, отрицательно влияющих на спортивные достижения. Тренинг проводился в форме индивидуальных и групповых психо-коррекционных занятий. В процессе тренинга происходило воздействие на эмоционально-волевую и когнитивную сферы, повышалась эффективность управления стрессом. После осуществления психологического воздействия юные спортсмены были обследованы повторно.

Результаты исследования.

Изучение личностных качеств юных футболистов из команд с низкой и высокой спортивной успешностью свидетельствует о наличии различий в количественном выражении проявлений этих качеств у испытуемых (таб. 1).

При этом, уровень проявления таких дезадаптивных качеств личности как депрессивность, раздражительность, застенчивость реактивная агрессивность у лиц из контрольной группы был значительно ниже, чем в группе с низкими спортивными достижениями.

Для футболистов из группы с высокой спортивной успешностью характерными были более интенсивные проявления таких качеств как уравновешенность, открытость экстраверсия (таб. 1).

**Таблица 1.**

Показатели личностных качеств футболистов с разным уровнем спортивной успешности до и после эксперимента (в балах)

№ пп	Шкалы	Группа 1	Группа 1	Группа 2	Группа 2
		(n=22)	(n=22)	(n=21)	(n=21)
		До коррекции	После коррекции	До коррекции	После коррекции
F 1	Невротичность	5,0+4,72	4,70+0,41	4,8+5,4	4,0+0,37
F 2	Спонтанность	5,5+5,2	5,1+0,46	5,3+5,6	4,8+0,36
F 3	Депрессивность	5,1+5,5	5,3+0,56	5,9+7,5	5,0+0,45
F 4	Раздражительность	4,2+4,8	5,0+0,38	6,3+0,58	5,1+0,48
F 5	Общительность	6,2+7,4	7,3+0,66	7,2+0,63	7,7+0,64
F 6	Уравновешенность	8,1+0,74	8,2+0,74	6,9+0,67	8,2+0,57
F 7	Реактивная агрессивность	5,7+0,51	5,7+0,70	6,4+0,43	5,6+0,46
F 8	Застенчивость	5,8+0,47	6,0+0,63	7,7+0,50	5,9+0,43
F 9	Открытость	7,3+0,63	7,2+0,55	6,2+0,44	7,0+0,60
F10	Экстраинтроверсия	7,8+0,50	7,7+0,66	5,8+0,52	7,3+0,58
F11	Эмоциональная лабильность	5,1+0,37	5,2+0,40	7,5+0,65	5,5+0,47
F12	Маскулизм, феминизм	5,3+0,44	5,3+0,43	5,0+0,43	5,5+0,43

Как показали проведенные исследования, существует взаимосвязь между уровнем проявления личностных качеств футболистов и успешностью в их спортивной деятельности. Этот же вывод подтверждается после проведенного анализа личностной тревожности у испытуемых обеих групп.

Так, показатели тревожности (школьная, самооценочная, межличностная, общая) у спортсменов из группы с высоким уровнем спортивной успешности были значительно ниже, чем в группе с низким уровнем успешности в играх (табл. 2). На наш взгляд это связано с более высокими характеристиками общих адаптационных характеристик и большим функциональным резервом юных спортсменов, характеризующихся достаточной спортивной успешностью.

**Таблица 2.**

Показатели личностной тревожности футболистов с разным уровнем спортивной успешности (до эксперимента)

№ пп	Субшкалы видов тревожност	Группа 1 (n=22)	Группа 1 (n=22)	Группа 2 (n=21)	Группа 2 (n=21)
		До коррекции	После коррекции	До коррекции	После коррекции
1	ШТ	12,2+1,57	8,2+1,37	16,3+3,12	13,3+2,02
2	СТ	16,2+2,78	7,2+1,38	25,4+2,70	21,4+2,70
3	МТ	15,6+1,67	11,6+1,37	27,2+2,84	24,2+2,74
4	ОТ	59,0+4,02	46,0+3,02	88,5+6,33	67,5+3,0

*Примечание: ШТ школьная тревожность; СТ самооценочная тревожность; МТ межличностная тревожность; ОТ общая тревожность.*

Определение физической подготовленности юных футболистов обеих групп показало наличие различий, которые в целом характеризовали худшую физическую подготовленность спортсменов из группы с низкой спортивной успешностью (табл.3). Все показатели в этой группе были ниже, чем у лиц из контрольной группы. Таким образом, показано влияние уровня тревожности на формирование спортивной успешности юного спортсмена.

**Таблица 3**

Показатели физической подготовленности футболистов с разным уровнем спортивной успешности до и после эксперимента

№ пп	Субшкалы	Группа 1 (n=22)	Группа 1 (n=22)	Группа 2 (n=21)	Группа 2 (n=21)
		До коррекции	После коррекции	До коррекции	После коррекции
1					
2	Бег 100 м/ч	15,07+0,19	15,10+0,20	15,62+0,10	15,11+0,17
3	Бег 3000 м (мин/с)	15,02+0,07	15,00+0,06	1523+0,08	15,03+0,08
4	Прыжок в длину с разбега (см)	390,41+5,07	391,03+6,17	376,4+4,17	388,14+6,07
5	Подтягивание на перекладине (раз)	8,17+0,26	8,20+0,30	7,42+0,28	7,86+0,31
6	Становая динамометрия (кг)	157,42+5,12	157,50+5,30	145,11+4,86	155,9+5,76
7	Индекс степ -теста	74,77+1,20	74,78+1,24	74,02+1,07	74,66+1,13

Выяснение уровня технической подготовленности исследуемых спортсменов убедило в наличии сходной закономерности. Так, в таблице 4 представлены

данные, свидетельствующие о разном уровне технической подготовленности у футболистов из группы с низким уровнем спортивной успешности.

**Таблица 4**

Показатели технической и физической подготовленности футболистов с разным уровнем спортивной успешности

№ пп	Субшкалы видов тревожност	Группа 1	Группа 1	Группа 2	Группа 2
------	---------------------------	----------	----------	----------	----------

		(n=22)	(n=22)	(n=21)	(n=21)
		До коррекции	После коррекции	До коррекции	После коррекции
1	Бег 30 м /с	4,5+0,2	4,5+0,1	4,5+0,1	4,4+0,2
2	Бег 5 мин (м)	1618+23	1620+26	1490+30	1597+27
3	Прыжок в длину (см)	223,4+3,7	223,2+4,2	199,7+5,0	219,2+4,8
4	Ведение мяча 30 м (сек)	8,1+0,2	8,2+0,3	8,8+0,2	8,2+0,1
5	Ведение мяча 5х 30 м (сек)	29,0+0,8	28,9+0,7	30,3+0,9	28,9+0,8
6	Удар двумя ногами, м	59,2+0,9	59,6+0,9	50,3+1,4	57,6+1,1
7	Степ-тест	56,3+1,1	57,0+1,2	52,0+1,2	58,0+1,3
8	Степ-тест за первые 30 сек	41,3+0,7	41,3+0,9	41,8+1,0	48,1+1,3

Полученные данные позволяют отметить, что все исследовавшиеся уровни подготовленности юных футболистов (психологический, физический и технический) влияют на результаты их спортивной деятельности.

В дальнейшем с футболистами из группы с низкими показателями в играх был проведен пятнадцатидневный курс психологической подготовки ориентированный на повышение стрессоустойчивости и оптимизацию негативных психических проявлений. Анализ данных свидетельствует о наличии положительных сдвигов в уровне проявления негативных психических качеств юными спортсменами после эксперимента. Так, при явном уменьшении невротичности, депрессивности, раздражительности, реактивной агрессивности, повысились показатели таких качеств как уравновешенность, открытость, экстраверсия. Иначе говоря, проведенная с юными футболистами 12-14 лет различного уровня подготовленности психологическая работа привела к оптимизации их психического состояния. Исследование разных видов тревожности также убедило в том, что спортсмены из экспериментальной группы демонстрируют падение их уровня, являющееся результатом влияния на них психологической подготовки. При этом уровень тревожности приблизился к значениям этого показателя в группе контроля (табл. 1).

Кроме того, после психолого-педагогического эксперимента в лучшую сторону изменились все определявшиеся параметры физической подготовленности футболистов. Аналогичные изменения произошли и в технической подготовленности, то и здесь та же картина: её уровень возрос у юных спортсменов, которые прошли 15-дневный курс психологической подготовки (табл. 4).

#### **Выводы:**

1. Результативность игры в футбольной команде (успешность спортивной деятельности) зависит не только от уровня физической и технической подготовленности игроков, но и от степени проявления ими индивидуально-психологических качеств, которые в группе с низкой успешностью в спортивной деятельности выражаются в доминировании негативных черт.

2. Физическая и техническая подготовленность юных футболистов в группе с высокой спортивной успешностью выше, чем в группе с низкими показателями успешности в играх.

3. Психолого-педагогический эксперимент повысил показатели позитивных личностных качеств спортсменов, что, в свою очередь, повлияло на улучшение физической и технической подготовленности игроков. Следовательно, для повышения эффективности спортивной деятельности в футболе, с юными футболистами необходимо проводить целенаправленную психологическую подготовку, которая позволит оптимизировать реализацию физических и технических возможностей футболистов и обеспечит повышение эффективности игры.





### **Литература**

1. Антипов А.В. Формирование специальных скоростно-силовых способностей 12-14 летних футболистов в период полового созревания: дис...канд.пед.наук.-М.,2002 125 с.
2. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. - М.: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.
3. Беляков А.К. Структура и содержание подготовительного периода футбольных команд: Автореф. дис...канд.пед.наук. М., 1986 22 с.
4. Губа В.П. Учебная дисциплина "Спортивный отбор" - основной предмет для будущего тренера / материалы всероссийской научно-практической конференции "Современные проблемы здоровья, обучения и подготовки в детско-юношеском спорте", г.Калининград, 2008. - С. 42 - 46.
5. Маринич В.В. Индивидуальный подход оценки состояния здоровья юных спортсменов / материалы всероссийской научно-практической конференции "Современные проблемы здоровья, обучения и подготовки в детско-юношеском спорте", г.Калининград, 2008. - С. 72 - 78.
6. Морозов О.С. Комплексный контроль в системе обучения, подготовки и управления спортивной тренировкой юных спортсменов / материалы всероссийской научно-практической конференции "Современные проблемы здоровья, обучения и подготовки в детско-юношеском спорте", г.Калининград, 2008. - С. 79 - 88.
7. Новиков А.А. Основы спортивного мастерства / научное издание. - М., ВНИИФК, 2003. - 208 с.