

Психологическое обеспечение в многолетней подготовке спортсменов

Надежда Высочина

АННОТАЦИЯ

В статье рассмотрены особенности и задачи психологического обеспечения подготовки спортсменов в процессе многолетнего совершенствования. Изучены специфика и отличия в проявлении психологических функций (мышление, чувства, интуиция, ощущения) на разных этапах многолетней подготовки как индикатора психологического состояния спортсменов. Проанализированы психологические факторы влияния на процесс многолетнего совершенствования спортсменов с учетом динамики рациональных и иррациональных психологических функций. На основе результатов экспертного опроса сформулированы задачи психологического обеспечения на каждом этапе многолетней подготовки. Выделены задачи психологического обеспечения, актуальные на всех этапах многолетней подготовки спортсменов. Рассмотрены особенности психологического обеспечения спортсменов на этапе ухода из спорта высших достижений как наименее изученного в психологии спорта. Сформирована система знаний о психологическом обеспечении многолетней подготовки спортсменов, включающая психологические аспекты, психологические компоненты обеспечения эффективности спортивной подготовки и направления психологического обеспечения в процессе отбора и ориентации подготовки спортсменов.

Ключевые слова: психологическое обеспечение, этапы многолетней подготовки, психологические функции.

ABSTRACT

The paper considers peculiarities and tasks of psychological support for athletes' preparation in the process of long-term athletic advancement. Specifics and differences in manifesting psychological functions at different stages of long-term preparation as an indicator of athletes' mental state were studied. Psychological factors affecting the process of long-term advancement of athletes were analyzed taking account of the dynamics of rational and irrational mental functions. Psychological support objectives at each preparation stage were defined. The objectives of psychological support actual at all stages of multi-year athlete's preparation were identified. Peculiarities of psychological support for athletes at the stage of withdrawal from elite sport were considered. The system of knowledge was developed to provide the psychological support for long-term preparation of athletes that includes the mental preparation, organizational and methodical aspects, psychological components of sports preparation efficiency provision and directions of psychological provision in the process of athletes' selection and orientation of their preparation.

Keywords: psychological provision, long-term preparation stages, psychological functions.

Постановка проблемы. Высокие темпы развития современных спортивных достижений и, как следствие, поиск новых путей повышения эффективности соревновательной деятельности привлекают внимание спортсменов, тренеров и ученых к психологической составляющей процесса подготовки, которая должна быть неразрывно связана с этапами многолетнего совершенствования.

Рассматривая процесс многолетнего совершенствования, включающий две стадии, – подведение спортсмена к пику его возможностей и их реализацию – с позиции психологического обеспечения необходимо провести параллель между задачами психологического обеспечения на каждом этапе и соответствующими им рекомендациями, способствующими практическому воплощению этих задач в спортивную практику, с учетом динамики показателей психологических функций спортсмена на разных этапах многолетней подготовки. Такой подход обеспечит возможность всесторонне изучить особенности психологического обеспечения в системе многолетней подготовки спортсменов, что позволит сформировать его общую структуру и разработать алгоритм его реализации.

Проблему психологического обеспечения многолетней подготовки спортсменов изучали многие известные специалисты [2, 5–9]. Некоторые авторы рассматривали вопросы психологической подготовки как составной части психологического обеспечения [1, 10, 11] и индивидуализации подготовки спортсменов на разных этапах многолетней подготовки [3, 4]. В зарубежной литературе основное внимание уделяется отдельным практическим аспектам психологической подготовки [13, 14, 16], а теоретическая составляющая и концептуальные положения психологического обеспечения спортсменов мало изучены.

Отсутствие единого взгляда ученых на проблему психологического обеспечения в системе многолетней подготовки спортсменов и систематизации научных знаний по данному вопросу обуславливает актуальность и своевременность изучения данной темы.

Цель исследования – сформировать систему знаний о психологическом обеспечении

многолетней подготовки спортсменов, определить задачи и методологию ее практической реализации.

Методы исследования: анализ и обобщение данных научно-методической литературы и сети Интернет, экспертный опрос, структурно-функциональный анализ.

Организация исследования. В исследовании принимали участие 12 экспертов высокой квалификации: шесть – в области спортивной науки и шесть высококвалифицированных спортсменов, которые завершили спортивную карьеру.

Результаты исследования и их обсуждение. Для проведения экспертного опроса специалистов, который предоставил возможность всесторонне изучить психологические функции спортсменов, мы взяли классификацию, в основе которой лежат четыре психологические функции: мышление, чувство, интуиция и ощущение [15].

Эксперты оценивали уровень развития психологических функций спортсменов на разных этапах многолетней подготовки по десятибалльной системе (рис. 1). При этом большинство из них отмечали, что иррациональные психологические функции (интуиция и ощущение) сложнее поддаются оценке, поскольку не всегда связаны с возрастом спортсмена и соответствующим ему этапом подготовки, а являются сложными ситуационными индивидуальными характеристиками. Также дискуссионным являлся вопрос о возрастных особенностях спортсменов на отдельных этапах подготовки, так как в разных видах спорта они отличаются (в художественной гимнастике этап максимальной реализации индивидуальных возможностей приходится на 16–18 лет, а в игровых видах спорта на 23–30 лет). В связи с этим мы акцентировали внимание при анализе психологических функций именно на психологической составляющей личности спортсмена и степени ее значимости на каждом этапе многолетней подготовки.

Для понимания сущности изучаемых психологических функций следует рассмотреть их содержательную сторону с точки зрения спортивной практики.

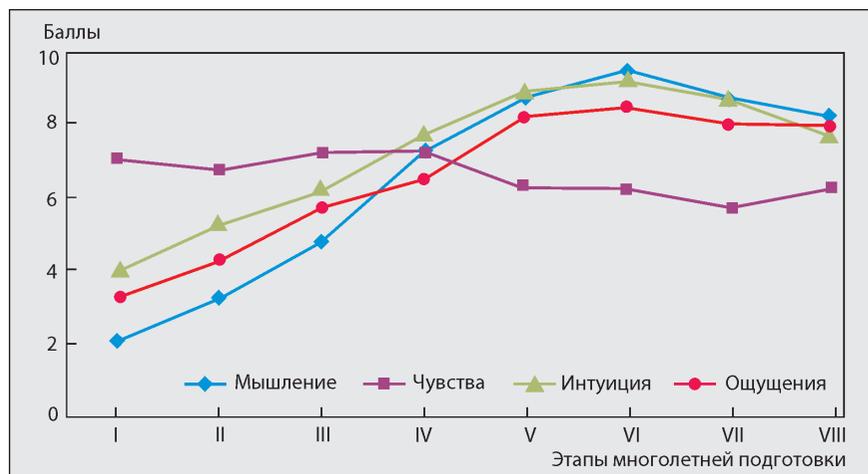


РИСУНОК 1 – Динамика развития психологических функций в процессе многолетнего спортивного совершенствования. Этапы подготовки: I – начальной; II – предварительной базовой; III – специализированной базовой; IV – подготовки к высшим достижениям; V – максимальной реализации индивидуальных возможностей; VI – сохранения высшего мастерства; VII – постепенного снижения достижений; VIII – ухода из спорта высших достижений

Мышление – психический познавательный процесс, который позволяет установить понятийные логические взаимосвязи между познаваемыми предметами и явлениями. Мышление основано на логических и объективных критериях, что дает возможность спортсмену перерабатывать информацию с определенным уровнем продуктивности.

Чувства – эмоциональный процесс, отражающий субъективное оценочное отношение спортсмена к реальным или абстрактным объектам. Учитывая то, что спортивная деятельность сопровождается значительным накалом эмоций как перед стартом, так в ходе ответственных соревнований и после них, эта психологическая функция требует пристального изучения в контексте многолетнего спортивного совершенствования.

Интуиция – связана с антиципационными способностями спортсмена, его бессознательным восприятием происходящего и инстинктивными реакциями.

Ощущение – базируется на реакции организма спортсмена на физические раздражители. В спорте – это одна из важнейших составляющих, поскольку на ее основе формируются специализированные виды восприятия. Как известно, хорошо развитое кинестетическое восприятие (чувство воды, снега, экипировки, инвентаря и др.) является частью психологического профиля успешного спортсмена. В контактных видах спорта ощущения вызывают целую гамму чувств и физиологических реакций, способствуют обострению инстинктов. Особенно это про-

является в связи с высокой степенью травматизма в спортивной деятельности.

Наличие у спортсмена всех четырех психологических функций позволяет ему воспринимать ситуацию целостно и гармонично. Необходимо понимать, что эти функции развиваются в разной степени и имеют разную динамику. Как правило, одна функция доминирует над другими, предоставляя спортсмену реальные средства в виде преимуществ психической деятельности для достижения успеха.

При оценке показателей психологических функций следует учитывать, что в зависимости от индивидуальных личностных характеристик одни спортсмены лучше оперируют логической информацией (рассуждения, умозаключения, доказательства), а другие – эмоциональной (отношения людей, их чувства). Одни обладают более развитой интуицией (предчувствие, восприятие в целом, инстинктивное схватывание информации), другие – более развитыми ощущениями (восприятие внешних и внутренних раздражителей) [12].

Анализ психологических функций включает сопоставление рациональных и иррациональных функций. К рациональным относятся мышление и чувства, поскольку они позволяют составлять суждения о приобретенном опыте спортсмена. Спортсмен, у которого преобладает функция «мышление», судит о ценности тех или иных вещей используя логику и аргументы, его личность ориентирована на построение рациональных суждений. Если же ведущей функцией является чувство, то внимание

спортсмена сфокусировано на эмоциональной стороне жизненного опыта и он производит оценку происходящего в виде положительных или отрицательных эмоций, выражающихся в категориях «плохой или хороший», «приятный или неприятный», «интересно или скучно».

Согласно мнению экспертов, четко прослеживается тенденция синхронного развития функций мышления, интуиции и ощущений. В отличие от них, чувства у спортсменов хорошо развиты уже на первых этапах многолетней подготовки. Данная функция мало подвержена колебаниям под влиянием этапа подготовки или личностных возрастных изменений, хотя на протяжении всей карьеры спортсмена чувства играют важную роль.

К иррациональным психологическим функциям относятся ощущение и интуиция. Благодаря им психика спортсмена пассивно регистрирует события во внешнем (ощущение) или во внутреннем (интуиция) мире, не оценивая их и не объясняя их значение. Ощущение представляет собой непосредственное, безоценочное реалистическое восприятие внешнего мира [15]. Характерной особенностью интуиции является неосознанное восприятие текущего опыта.

Результаты экспертной оценки показывают, что развитие иррациональных психологических функций происходит сходным образом в процессе многолетнего совершенствования. На этапе сохранения высшего мастерства они достигают своей наивысшей точки, после чего происходит их незначительное снижение.

Используя этот подход в определении особенностей психологического обеспечения спортсменов на разных этапах многолетней подготовки, можно отследить в динамике изменения психологических функций спортсменов как индикатора их психологического состояния, и на его основе сформулировать задачи психологического обеспечения (табл. 1, 2).

Таблицы 1 и 2 построены на материале, изложенном в работах В. Н. Платонова (2004, 2015).

На **первой стадии** процесса многолетней подготовки отмечается постепенное развитие психологических функций мышления, интуиции и ощущений. На четвертом этапе – подготовки к высшим достижениям – наступает равновесие между рациональными психологическими функциями (мышление и чувства). С точки зрения спортивной психологии это важный переходный этап перед резким изменением приоритетов в жизни

ТАБЛИЦА 1 – Задачи психологического обеспечения и практические рекомендации на первой стадии процесса многолетнего совершенствования

ПЕРВАЯ СТАДИЯ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	
Этап многолетней подготовки	Задачи психологического обеспечения
I. Начальной подготовки	<ul style="list-style-type: none"> • Стимуляция познавательной деятельности (мышления и ощущений), проявления инициативы и индивидуальных психологических особенностей, способствующих дальнейшему спортивному совершенствованию • Развитие психомоторики и психоэмоциональных навыков восприятия и реагирования на основе игрового метода как основы общей двигательной культуры • Поощрение и моральная поддержка юного спортсмена как фактора мотивации к занятиям спортом • Развитие у детей стремления к двигательной активности на соревновательной основе
II. Предварительной базовой подготовки	<ul style="list-style-type: none"> • Выработка и поддержание устойчивого интереса у спортсменов к занятиям спортом и развитие стремления к целенаправленному многолетнему спортивному совершенствованию • Развитие у спортсмена осознанной потребности соревноваться и формирование психологического механизма сопоставления своих спортивных результатов с результатами других спортсменов • Определение уровня мотивации к дальнейшей подготовке. • Развитие и стимуляция психологических свойств и качеств, необходимых для успеха в избранном виде спорта • Оценка психологических особенностей юных спортсменов для специализации (выбора амплуа, дисциплины и др.) и отбора наиболее одаренных на основе генетически детерминированных факторов
III. Специализированной базовой подготовки	<ul style="list-style-type: none"> • Выработка умения постановки соревновательной цели и алгоритма ее реализации • Развитие у спортсмена навыков самоконтроля (оперативного, текущего и этапного) для осуществления коррекции и оптимизации психологического и физиологического состояния • Обучение спортсмена проведению самоанализа выступлений на соревнованиях и работе над ошибками на основе осмысленного отношения и рационального подхода. • Укрепление мотивации к занятиям спортом • Обучение навыкам управления эмоциональными состояниями, особенно предстартовыми • Развитие психической адаптации как фактора стрессоустойчивости и выносливости нервной системы
IV. Подготовки к высшим достижениям	<ul style="list-style-type: none"> • Увеличение объема психологической подготовки и разработка индивидуальной программы психологического воздействия • Выработка стратегии психологической подготовки с ориентацией на сильные стороны психики спортсмена • Развитие у спортсмена способности к саморегуляции в психологически сложных соревновательных условиях (осознанное управление собственными чувствами, мыслями и ощущениями)

ТАБЛИЦА 2 – Задачи психологического обеспечения и практические рекомендации на второй стадии процесса многолетнего совершенствования

ВТОРАЯ СТАДИЯ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	
Этап многолетней подготовки	Задачи психологического обеспечения
V. Максимальной реализации индивидуальных возможностей	<ul style="list-style-type: none"> • Выявление скрытых резервов организма в области психологической подготовленности и помощь в реализации их в тренировочной и соревновательной деятельности (ощущение, интуиция) • Изучение сильных и слабых сторон основных соперников и партнеров по команде (в спортивных играх) • Коррекция психологического состояния спортсмена перед стартом и после соревнований (чувства) • Используя весь опыт психологической подготовки на предыдущих этапах, привести спортсмена к наивысшей точке мобилизации психики – произвольному управлению состоянием оптимальной боевой готовности
VI. Сохранения высшего мастерства	<ul style="list-style-type: none"> • Максимальное использование собственных психических ресурсов как фактора поддержания высокого уровня результативности. • Создание стабильного социального благополучия (образование, новые направления самореализации, семья) для уверенности в будущем карьерном и личностном росте • Поиск резервов мотивации для дальнейших выступлений и совершенствования своих возможностей • Создание и поддержание благоприятного психологического климата в отношениях как условия сохранения стабильных результатов
VII. Постепенного снижения достижений	<ul style="list-style-type: none"> • Выработка психологической устойчивости к ожесточенной конкурентной борьбе, обострившейся на этом этапе, и переживанию утраты своих возможностей • Поиск новых психологических ресурсов, поддерживающих самооценку и общий положительный настрой спортсмена (комфортные бытовые условия, материальное благополучие, общение с близкими и родными и др.) • Использование инновационных технологий подготовки, современного инвентаря, тренажеров, что способствует созданию благоприятного психологического состояния
VIII. Ухода из спорта высших достижений	<ul style="list-style-type: none"> • Разработка программы социальной адаптации • Поиск преимуществ нового образа жизни и выработка осознанного отношения к ним • Определение приоритетных направлений дальнейшего развития и самореализации спортсмена • Психологически обоснованное рациональное изменение образа жизни

спортсмена. Если на первых трех этапах у большинства спортсменов преобладает эмоциональное восприятие и реагирование на ситуацию, яркие и бурные реакции, то начиная с пятого этапа (вторая стадия) – максимальной реализации индивидуальных возможностей – на первый план выходит осмысленное и рациональное отношение к выполняемой работе, конкретное видение цели, использование преимуществ сенсорных систем в виде ощущений, развитая интуиция в форме антиципационных способностей.

При этом заметно, что если на этапе начальной подготовки мышление несколько отстает по уровню развития от других функций, то уже на этапе сохранения высшего мастерства мышление преобладает над всеми функциями, немного превосходя интуицию. Интересно, что развитие психологических функций достигает своего апогея не на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей, а на шестом этапе – сохранения высшего мастерства. И именно в этот период снижается эмоциональная реакция спортсмена на происходящие события. Это связано с признанием собственных успехов и повышением самооценки, ощущением внутреннего благополучия и уменьшением тревожности, накопленным опытом соревновательной деятельности и развитием способности прогнозировать результаты, высоким уровнем самоконтроля и саморегуляции (особенно у спортсменов высокой квалификации).

Исходя из сказанного, среди психологических факторов, влияющих на процесс многолетнего совершенствования спортсменов, косвенно отражающих развитие психологических функций, наиболее значимыми, на наш взгляд, являются: осознанное отношение к работе, видение цели, уверенность в себе, способность к дисциплине и самоконтролю, антиципационные способности, знание своих сильных сторон и понимание своего психологического преимущества перед соперником.

Особое внимание следует уделить рассмотрению вопроса о психологическом обеспечении спортсмена на этапе ухода из спорта высших достижений, так как это направление практически не освещено в научной литературе. В этот период, когда психологические функции спортсмена идут на спад, что часто сопровождается растерянностью, тревогой и состоянием неопределенности, ему следует спокойно и взвешенно осмыслить происходящие перемены. Поскольку уход из спорта связан с кардинальной сменой образа жизни,

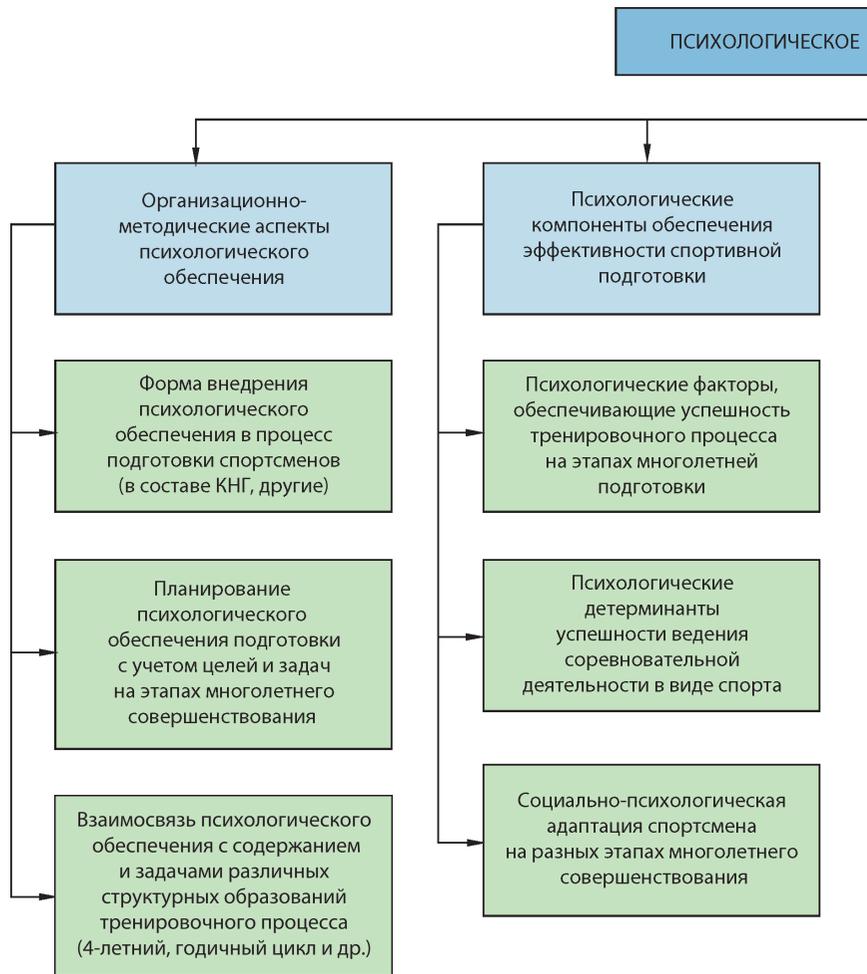


РИСУНОК 2 – Система знаний о психологическом обеспечении многолетней подготовки спортсменов и методология ее практической реализации

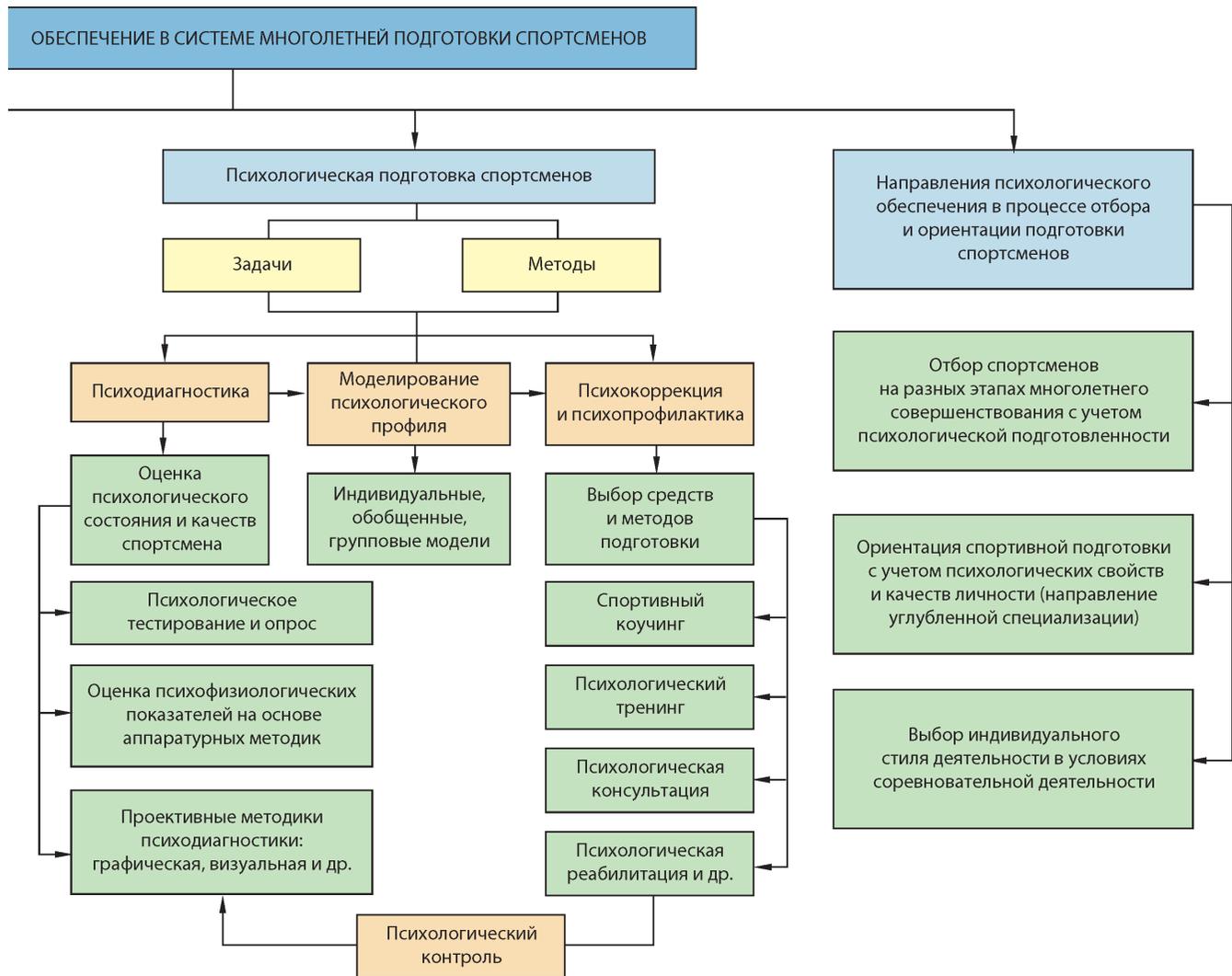
режима, круга общения, целей, интересов и др., важно создать условия, при которых спортсмен сохранит чувство своей социальной значимости и востребованности. Это залог его успешной социальной адаптации.

Профессиональная спортивная карьера, в зависимости от специфики вида спорта, имеет свои временные ограничения. Несмотря на то что сегодня во многих видах спорта период сохранения высшего спортивного мастерства увеличился, уход из спорта является серьезным стрессом для спортсмена, ведь он отдает работе все силы, здоровье и молодость. Поэтому необходимо создать и грамотно реализовать государственную программу всесторонней поддержки, в том числе и психологической, которая позволит спортсмену остаться цельной и успешной личностью, сохранив при этом уважение и разумное отношение к себе и своим заслугам после окончания спортив-

ной карьеры. Для этого в рамках государственной программы должны быть созданы специальные курсы переподготовки (на сегодняшний день они уже функционируют в ряде городов Украины) и бесплатные места в высших учебных заведениях, чтобы спортсмены могли переквалифицироваться или расширить спектр своих возможностей.

Также необходимо обеспечить поддержку спортсменам путем оказания юридических и финансовых консультаций, так как большинство из спортсменов не приспособлены к решению вопросов материального характера из-за многолетней узкоспециализированной деятельности.

К тому же спортсмен, завершающий спортивную карьеру, не может резко перестать заниматься спортом. Такой переход к новому образу жизни представляет собой постепенный процесс снижения физических нагрузок. Поэтому для сохранения психологического и



физического баланса ему требуется создать комфортные условия и обеспечить возможность тренироваться в знакомой обстановке, что будет способствовать безболезненному уходу из спорта.

Для поддержания положительного эмоционального состояния после окончания карьеры спортсмену целесообразно оказать психологическую поддержку в виде регулярных занятий со специалистом, направленных на выработку мотивации личностного развития в новых условиях, поддержания адекватного уровня самооценки, выработки стратегии нахождения новых сфер применения своих сил, повышения психической адаптации к изменившимся условиям жизни, оптимизации социальных контактов и др.

При этом следует учитывать, что **на всех этапах многолетнего спортивного совершенствования** актуальными будут следующие задачи:

1. Анализ психологических факторов и диагностика состояния спортсмена.
2. Коррекция неблагоприятных психических состояний:
 - в тренировочном процессе (мобилизация эмоционально-волевой сферы для выполнения сложных заданий, преодоление стресса из-за ошибок, использование психических защит – сублимации, рационализации и т.д.);
 - предстартовых («апатии», «лихорадки» и др.);
 - в ходе проведения соревнований;
 - восстановление после неудачных выступлений (психическая реабилитация, должна проводиться не только со спортсменом, но и с тренером).
3. Развитие внутреннего психологического потенциала (волевые качества, интеллект, осознанность, понимание своих сильных и слабых сторон).

4. Выработка и сохранение мотивации достижения успеха с учетом того, что на разных этапах многолетней подготовки структура мотивов может дополняться и трансформироваться.
 5. Развитие и самосовершенствование коммуникативных способностей у спортсменов как одного из важнейших компонентов алгоритма целеполагания.
 6. Применение аутогенной тренировки для достижения или оптимизации необходимого текущего состояния и целей.
 7. Разработка и внедрение программ психологического обеспечения подготовки спортсменов на основе индивидуального подхода.
- В результате проведенного исследования и применения дифференцированного подхода к вопросу решения задач психологического обеспечения на разных этапах многолетней подготовки нами была сформирована система знаний о психологиче-

ском обеспечении многолетней подготовки спортсменов, включающая четыре основных блока ее реализации (рис. 2). Основным из них является психологическая подготовка спортсменов, которая носит прикладной характер и подразделяется на психодиагностику, психокоррекцию и психопрофилактику, в процессе чего производится моделирование психологического профиля спортсмена, создаются индивидуальные, обобщенные и групповые модели. Для правильной организации психологической подготовки определяются ключевые цели, задачи и методы. Психодиагностика, представляющая собой оценку психологического состояния и качеств спортсмена, производится путем психологического тестирования методом опроса (беседа, интервью, анкетирование и др.), изучения психофизиологических показателей на основе аппаратных методик, применения проективных методик психодиагностики: графической, визуальной и др. Проведение психокоррекции и психопрофилактики начинается с выбора средств и методов подготовки. К ним относятся: спортивный коучинг, психологический тренинг, психологическая консультация, психологическая реабилитация и др. После проведения психокоррекционных мероприятий осуществляется психологический контроль (повторное выполнение психодиагностических процедур).

Кроме психологической подготовки спортсменов методология реализации психологического обеспечения включает организационно-методические аспекты, психологические компоненты обеспечения эффективности спортивной подготовки и направления психологического обеспечения в процессе отбора и ориентации подготовки спортсменов.

Организационно-методические аспекты психологического обеспечения спортсменов отражают форму внедрения психологического обеспечения в процесс подготовки (в составе комплексных научных групп, другие), планирование психологического обеспечения подготовки с учетом целей и задач на этапах многолетнего совершенствования, взаимосвязь психологического обеспечения с содержанием и задачами различных структурных образований тренировочного процесса (4-летний, годичный цикл и др.).

В состав психологических компонентов обеспечения эффективности спортивной подготовки входят психологические факторы, обеспечивающие успешность тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки, психологические детерминанты успешности ведения соревновательной деятельности в виде спорта, социально-психологическая адаптация спортсмена на разных этапах многолетнего совершенствования и т.д.

К основным направлениям психологического обеспечения в процессе отбора и

ориентации подготовки спортсменов относятся: отбор спортсменов на разных этапах многолетнего совершенствования с учетом психологической подготовленности, ориентация спортивной подготовки с учетом психологических свойств и качеств личности (направление углубленной специализации), выбор индивидуального стиля деятельности в условиях соревновательной деятельности и др.

Рассмотренные структурные элементы системы знаний о психологическом обеспечении многолетней подготовки спортсменов позволяют наметить ориентиры для дальнейшего исследования и более углубленного изучения данной проблемы.

Выводы. Разработана система знаний о психологическом обеспечении многолетней подготовки спортсменов и ее основные составляющие: психологическая подготовка спортсменов, организационно-методические аспекты, психологические компоненты обеспечения эффективности спортивной подготовки и направления психологического обеспечения в процессе отбора и ориентации подготовки спортсменов. Сформулированы задачи психологического обеспечения спортсменов на разных этапах многолетней подготовки с учетом психологических функций спортсменов, что увязано с методологией реализации системы знаний и сведено в единый управленческий цикл.

Литература

1. Алексеев А. В. Психическая подготовка в спорте. Преодолей себя / А. В. Алексеев. — Ростов н/Д: Феникс, 2006. — 352 с.
2. Гринь О. Р. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту / О. Р. Гринь, В. І. Воронова // Спорт. вісн. Придніпров'я. — 2015. — № 3. — С. 29–34.
3. Бріскін Ю. А. Індивідуалізація підготовки спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки / Ю. А. Бріскін, О. Ф. Товстоног, М. С. Розторгуй // Вісн. Запорізького нац. ун-ту. — 2009. — № 1. — С. 20–25.
4. Буштрук В. Д. Подготовка спортсмена в многолетнем аспекте: учеб. пособие / В. Д. Буштрук, В. Ф. Костюченко, Е. Г. Шубин; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. — СПб.: СПбГУАП, 2002. — 32 с.
5. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. — Краснодар, 2008. — 209 с.
6. Медведев В. В. Психологическое обеспечение спортивной деятельности: учеб. пособие для слушателей Высш. шк. тренеров ГЦОЛИФКа / В. В. Медведев. — М.: ГЦОЛИФК, 1989. — 74 с.
7. Мельников В. М. Психологическое обеспечение спортивной деятельности / В. М. Мельников, В. Н. Непопалов, Е. В. Романина [и др.] // Юбилей. сб. тр. ученых РГАФК, посвященный 80-летию академии. — М., 1998. — Т. 3. — С. 122–129.
8. Платонов В. Н. Подготовка национальных команд к Олимпийским играм: история и современность / В. Н. Платонов, Ю. А. Павленко, В. В. Томашевский. — К.: Изд. дом Д. Бурого, 2012. — 252 с.

References

1. Alekseyev AV. Psychical preparation in sport. Get over yourself. Rostov-on-Don: Feniks, 2006. 352 p.
2. Hryn OR, Voronova VI. System of psychological support for athletes' preparation as the problem of current sports psychology. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2015;3:29–34.
3. Briskin YA. Individualization of athletes' preparation at different stages of long-term preparation. Visnyk Zaporizkoho nats. universytetu. 2009;1:20–5.
4. Bushtruk VD, Kostuchenko VF, Shubin EG. Athlete preparation in long-term aspect: teaching guide. St.-Pb.: Gosudarstvennyi universitet aerokosmicheskogo priborostroyeniya; 2002. 32 p.
5. Gorskaya GB. Psychological support for athletes' long-term preparation: teaching guide. Krasnodar; 2008. 209 p.
6. Medvedev VV. Psychological support for sports activity: teaching guide for students of the Higher School of Coaches GTSOLFК. Moscow: GTOLIFK; 1989. 74 p.
7. Melnikov VM, Nepochalov VN, Romanina EV, et al. Psychological support for sports activity. Yubileyny sbornik trudov uchenykh RGAFK, posvyashchenny 80-letiyu akademiyi. Moscow; 1998;3:122–9.
8. Platonov VN, Pavlenko YA, Tomashevsky VV. National team preparation for the Olympic games: history and modernity. Kiev: Izd. dom D. Burago; 2012. 252 p.
9. Platonov VN. System of athletes' preparation in the Olympic sport. General theory and its practical applications: textbook for coaches. Kiev: Olimpiyskaya literatura; 2015. Book 1. 680 p.

9. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. — К. : Олимп. лит., 2015. — Кн. 1. — 680 с.
10. Психология физической культуры и спорта: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / [А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, В. Н. Непопалов и др.]; под ред. А. В. Родионова. — М. : Академия, 2010. — 368 с.
11. Смирнова В. В. Соотношение компонентов психологического сопровождения спортивной деятельности / В. В. Смирнова // Учен. записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. — 2009. — № 10 (56). — С. 89–93.
12. Юнг К. Структура и динамика психического / К. Юнг. — М.: Когито-Центр, 2008. — 480 с.
13. Brewer B. W. Sport Psychology (Olympic Handbook Of Sports Medicine) / B. W. Brewer. — Wiley-Blackwell, 2009. — 148 p.
14. Horn T. S. Advances in Sport Psychology / T. S. Horn. — 3rd Edition, Champaign, IL : Human Kinetics, 2008. — 512 p.
15. Jung C. G. Psychologische typen / C. G. Jung. — Rotterdam: Lemniscaat Publishers, 2003. — 547 p.
16. Tenenbaum G. Handbook of sport psychology / G. Tenenbaum, R. Eklund. — Hoboken, NJ : John Wiley and Sons, 2007. — 960 p.
10. Rodionov AV, Sopov VF, Nepopalov VN, et al. Physical culture and sport psychology: textbook for students of higher educational institutions. Moscow: Akademiya; 2010. 368 p.
11. Smirnova VV. Ratio of components of psychological support for sports activity. Uchenyye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. 2009;10(56):89–93.
12. Yung K. Structure and dynamics of psychical. Moscow: Kogito-Tsentr; 2008. 480 p.
13. Brewer BW. Sport Psychology (Olympic Handbook of Sports Medicine). Wiley-Blackwell; 2009. 148 p.
14. Horn TS. Advances in Sport Psychology. 3rd ed. Champaign, IL: Human Kinetics; 2008. 512 p.
15. Jung CG. Psychologische typen. Rotterdam: Lemniscaat Publishers; 2003. 547 p.
16. Tenenbaum G, Eklund R. Handbook of sport psychology. Hoboken, N.J.: John Wiley and Sons; 2007. 960 p.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, Украина
 naspa2@yandex.ru

Поступила 01.07.2016

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

18 октября 2016 г. профессору кафедры медико-биологических дисциплин Национального университета физического воспитания и спорта Украины, доктору биологических наук, профессору, действительному члену Балтийской педагогической академии, академику Украинской академии наук, ФИЛИППОВУ Михаилу Михайловичу исполнилось 70 лет.

Начав свой путь в науке в проблемной научно-исследовательской лаборатории высоких тренировочных нагрузок Киевского государственного института физической культуры (1968), Михаил Филиппов принимал участие в научном сопровождении сборной команды СССР по велосипедному спорту во время подготовки к чемпионату мира (1970, Великобритания) и Олимпийским играм (1972, Мюнхен, Германия).

Уже позднее, работая в Институте физиологии имени А. А. Богомольца Академии наук Украины, Михаил Михайлович защитил кандидатскую диссертацию на тему «Изменения кислород-транспортной функции крови при мышечной деятельности динамического характера» (1975), а в 1986 г. — докторскую диссертацию на тему: «Физиологические механизмы массопереноса респираторных газов, развития и компенсации гипоксии нагрузки при мышечной деятельности». С 1976 по 1985 г. осуществлял научное сопровождение подготовки спортсменов центра студенческой олимпийской подготовки Украины — легкоатлетов (бег на средние дистанции) и специализирующихся в академической гребле. В горных условиях изучал влияние гипоксии нагрузки и гипоксической гипоксии на повышение функциональных возможностей спортсменов. Результаты этих фундаментальных исследований, имеющих существенное прикладное значение, воплотились в более 300 научных и научно-педагогических публикациях, из которых шесть монографий, 15 учебных пособий, 130 научных статей в отечественных и зарубежных изданиях. Под руководством Михаила Филиппова подготовлены пять кандидатов и один доктор наук.

Михаил Михайлович длительное время является членом двух специализированных ученых советов по защите докторских диссертаций сферы «Физическое воспитание и спорт» по специальностям 24.00.01, 24.00.02 и 24.00.03.

На протяжении многих лет Михаил Михайлович входит в состав редакционных коллегий научных журналов «Теорія і методика фізичного виховання», «Спортивна медицина», «Актуальні проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки», «Вестник Балтийской педагогической академии», «Экологические и медицинские проблемы физической культуры и спорта», «Вестник северного (арктического) федерального университета».

Коллектив Национального университета физического воспитания и спорта Украины и сотрудники международного центра олимпийских исследований и олимпийского образования при НУФВСУ сердечно поздравляют Михаила Михайловича Филиппова с 70-летием и от всей души желают юбиляру крепкого здоровья, оптимизма и творческого вдохновения в постоянном научном поиске, направленном на благо спортивной науки и отечественного спорта.

