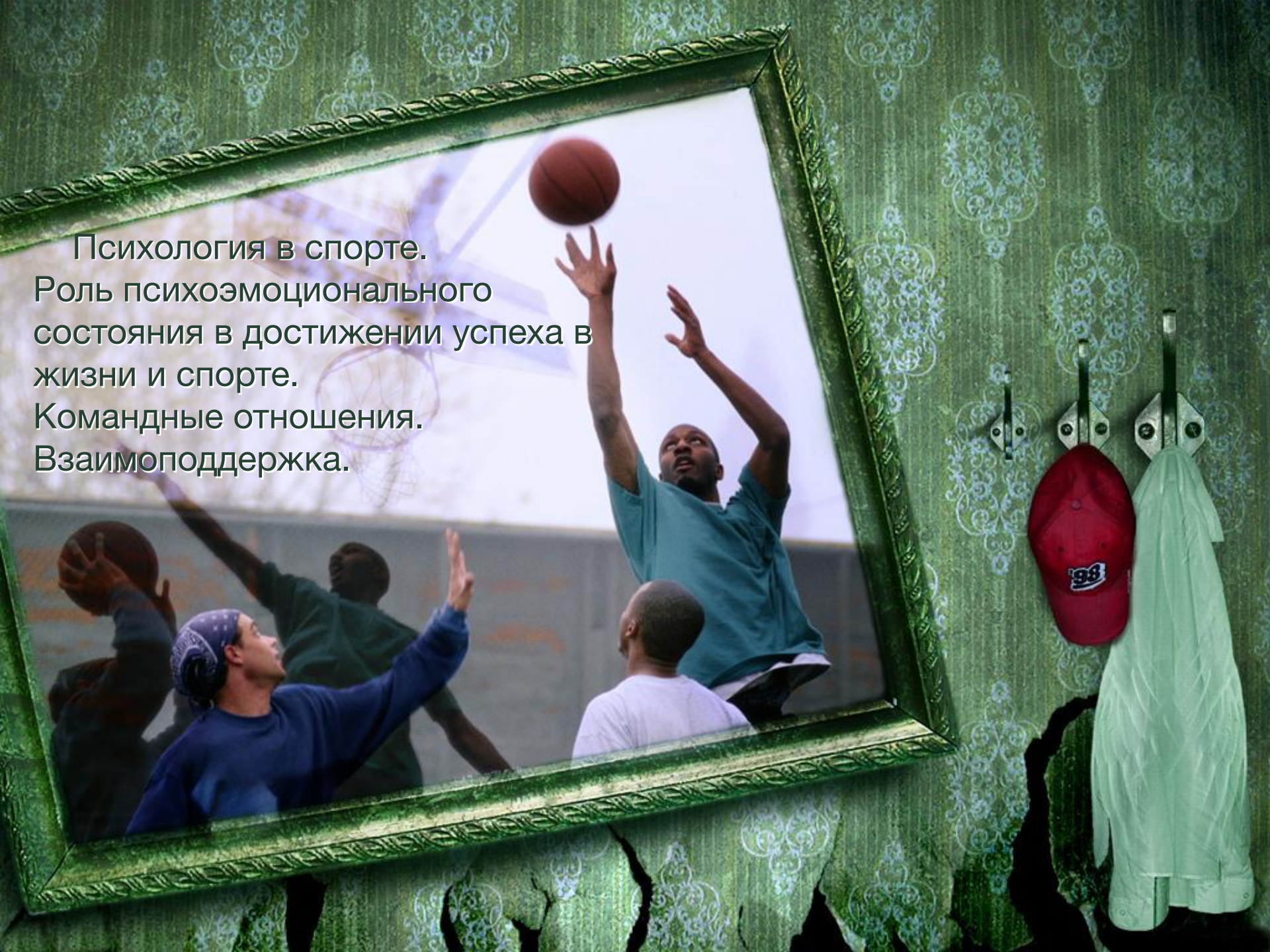
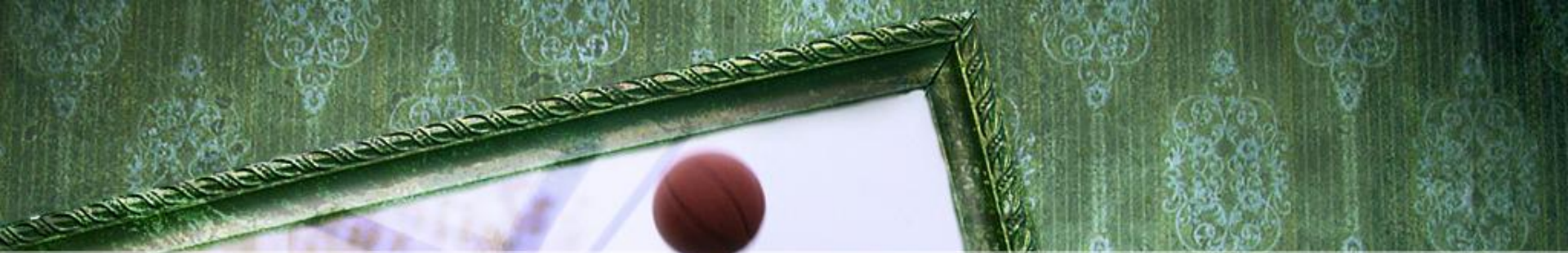


Психология в спорте.
Роль психоэмоционального
состояния в достижении успеха в
жизни и спорте.
Командные отношения.
Взаимоподдержка.





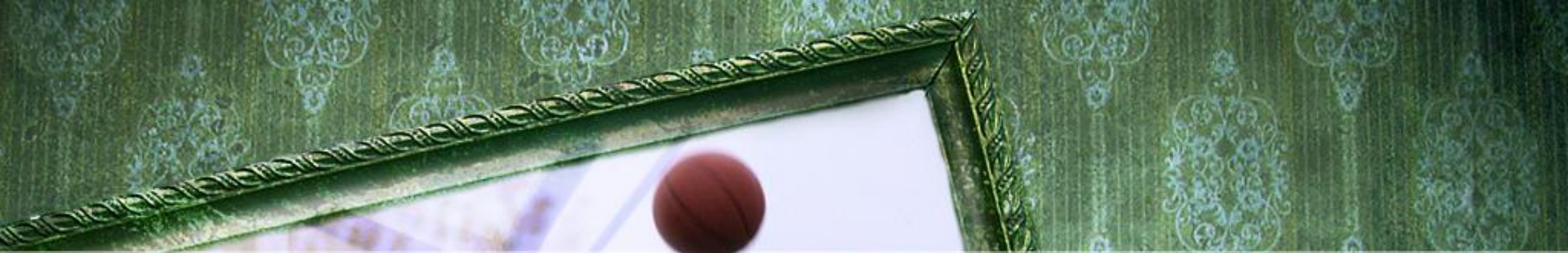
Психология в спорте

- Более 60 % людей реализовавших себя в спорте также реализовали себя и в семейной жизни и в профессиональной.
- Цели психологии в спорте равнозначно соответствуют целям психологии в повседневной жизни.
- На исход поединка, матча и тд психология влияет в равной степени как и физиология, и тренированность.
- Более устойчивый психологически человек подвергается наименьшему риску ухудшения состояния здоровья из-за стресса.
- Психологию нельзя пощупать, но результат созданный за счет психологического воздействия можно.

Психотипы человека

- **Темперамент** – сочетание врожденных особенностей работы высшей нервной деятельности. Он зависит от скорости и силы процессов возбуждения и торможения в головном мозге. Так,
- слабый тип высшей нервной деятельности соответствует темпераменту меланхолика;
- сильный уравновешенный, но инертный – флегматик;
- холерик – сильный и неуравновешенный;
- сильный, уравновешенный и подвижный – сангвиник.





Роль всего вышесказанного

- Теперь, зная, что психология важна всегда и везде, зная свой психотип, вы можете определить что именно вам нужно для того, чтобы правильно настроиться на игру, тренировку, контрольную работу или экзамен.



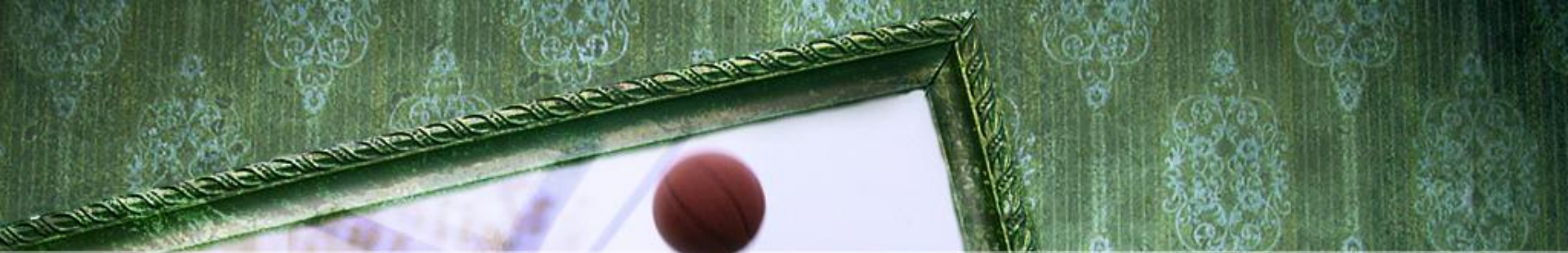
Командные отношения

- Исследования показали, что команды не обладающие талантами, но рьяно защищающие друг друга зачастую выходят в лидеры.



Наш личный пример

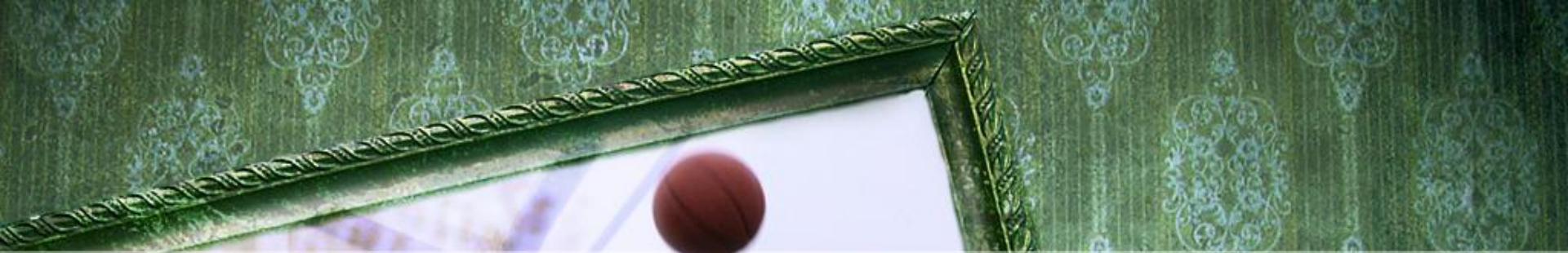




Что нужно делать для успеха?

- Тактильное восприятие- передачи какой- либо информации за счет прикосновений





Эмоции!



A framed picture of a basketball player in a white jersey shooting a ball. The frame is ornate and green, set against a green patterned background.

Личный пример





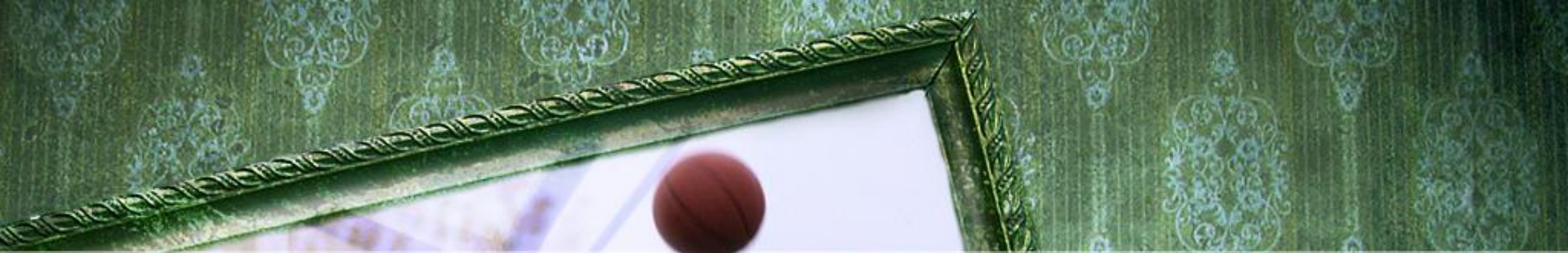
Спокойное лидерство





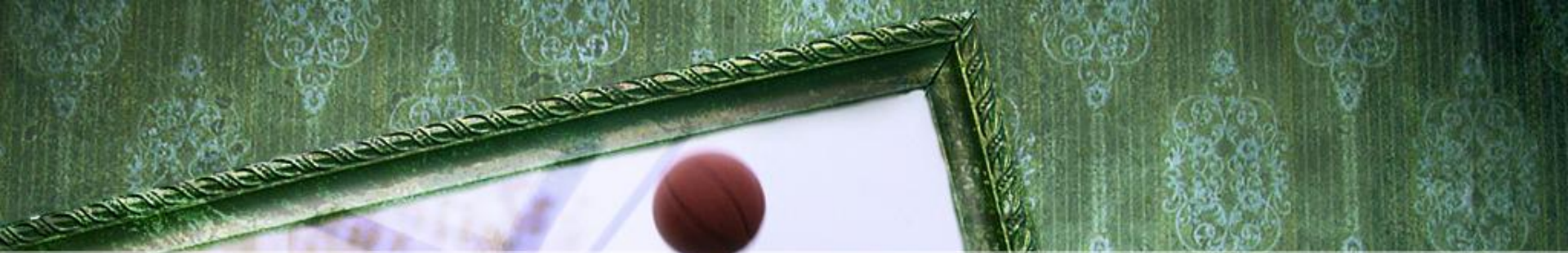
Взаимоподдержка

- Эта составляющая основывается не только на принципах вышеуказанных, но и на человеческих (не связанных со спортом) Учеба, просто общение, подсказки, совместное размышление.



МЕЧТЫ

- И в конце хотелось бы напомнить, что любое действие начинается с мысли, а великое деяние с МЕЧТЫ.



Доклад на тему психологии в спорте.

- Докладчик Прокопенко А.М.
- Для возраста 9-13 лет