

75.1  
032

УНИВЕРСИТЕТЫ РОССИИ

Л. К. Серова

# СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ОТБОР В СПОРТЕ

2-е издание



СООТВЕТСТВУЕТ  
ПРОГРАММАМ  
ВЕДУЩИХ НАУЧНО-  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ШКОЛ

**Юрайт**  
издательство  
biblio-online.ru

Л. К. Серова

# **СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ОТБОР В СПОРТЕ**

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ ВУЗОВ

2-е издание, исправленное и дополненное

Книга доступна в электронной библиотечной системе  
[biblio-online.ru](http://biblio-online.ru)

Москва - Юрайт • 2017

УДК 159.9(075.8)  
ББК 88.4я73  
С32

*Автор:*

**Серова Лидия Константиновна** — профессор, доктор психологических наук, профессор кафедры теории и методики спортивных игр факультета летних олимпийских видов спорта Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта.

**Серова, Л. К.**

С32 Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учеб. пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 161 с. — Серия : Университеты России.

ISBN 978-5-534-03264-2

Серия «Университеты России» позволит высшим учебным заведениям нашей страны использовать в образовательном процессе учебники и учебные пособия по различным дисциплинам, подготовленные преподавателями лучших университетов России и впервые опубликованные в издательствах университетов. Все представленные в этой серии учебники прошли экспертную оценку учебно-методического отдела издательства и публикуются в оригинальной редакции.

Учебное пособие посвящено методикам спортивного отбора. В нем дано понятие профессионально важных качеств спортсмена, представлена их структура, раскрывается специфика их формирования в различных видах спорта.

*Для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям.*

УДК 159.9(075.8)  
ББК 88.4я73



*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания \*Дельфи*

ISBN 978-5-534-03264-2

© Серова Л. К., 2011  
© Серова Л. К., 2017, с изменениями  
© ООО «Издательство Юрайт», 2017

## Оглавление

<b>Введение</b> .....	<b>5</b>
<b>Глава 1. История отбора</b> .....	<b>7</b>
<b>Глава 2. Характеристики профессионального отбора</b> .....	<b>15</b>
2.1. Принципы, цели и задачи отбора.....	15
2.2. Технология процесса отбора.....	23
2.2.1. Профессиография.....	24
2.2.2. Диагностика.....	29
2.2.3. Оценка и прогнозирование.....	33
2.2.4. Принятие решения (разработка рекомендаций).....	34
<b>Глава 3. Психологический отбор</b> .....	<b>36</b>
3.1. Этапы психологического отбора.....	36
3.2. Технология психологического отбора.....	37
3.2.1. Составление психогаммы.....	37
3.2.2. Психодиагностика.....	39
3.2.3. Психологическая оценка и прогнозирование.....	41
3.2.4. Принятие решения (разработка рекомендаций).....	43
<b>Глава 4. Особенности спортивного отбора</b> .....	<b>45</b>
4.1. Характеристика спортивной деятельности.....	45
4.2. Классификации видов спорта.....	48
4.3. Специфика отбора в спорте.....	52
<b>Глава 5. Этапы спортивного отбора</b> .....	<b>56</b>
5.1. Определение предрасположенности к занятиям спортом.....	56
5.1.1. Общие критерии предрасположенности к спорту.....	56
5.1.2. Предрасположенность к отдельным видам спорта.....	63
5.2. Этапы спортивного отбора.....	68
5.2.1. Первичный отбор (на этапе предварительной подготовки).....	68
5.2.2. Отбор в профессию (на этапе начальной спортивной специализации).....	72
5.2.3. Отбор в юношеский спорт (на этапе углубленной специализации).....	75
5.2.4. Отбор в спорт высших достижений (на этапе спортивного совершенствования).....	78
<b>Глава 6. Технология спортивного отбора</b> .....	<b>83</b>
6.1.1. Профессиография.....	83
6.1.2. Диагностика.....	86

6.1.3. Прогнозирование.....	87
6.1.4. Принятие решения.....	89
<b>Глава 7. Психологический отбор в спорте.....</b>	<b>90</b>
7.1. Этапы психологического отбора в спорте.....	90
7.1.1. Исследование психологической предрасположенности к занятию спортом (на этапе первичного отбора).....	90
7.1.2. Выявление наличия психологических профессиональных качеств у спортсменов в избранном виде спорта (на этапе входа в профессию).....	94
7.1.3. Определение динамики развития психологических профессиональных качеств в избранном виде спорта (на этапе отбора в юношеский спорт).....	98
7.1.4. Оценка сформированности психологических профессиональных качеств в избранном виде спорта (на этапе отбора в спорт высших достижений).....	101
<b>Глава 8. Технология психологического отбора в спорте.....</b>	<b>104</b>
8.1. Профессиография.....	104
8.2. Психодиагностика.....	106
8.3. Психологическое прогнозирование успешности спортивной деятельности.....	109
8.4. Принятие решения.....	111
<b>Глава 9. Профессионально важные качества.....</b>	<b>112</b>
9.1. Способности и качества.....	112
9.2. Физические качества спортсменов.....	114
9.3. Психологические качества спортсменов.....	115
<b>Заключение.....</b>	<b>121</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>122</b>
Приложение 1. Денверский скрининговый тест нервно- психического развития дошкольников.....	122
Приложение 2. Анкета самооценки типа высшей нервной деятельности.....	125
Приложение 3. Психологическая характеристика темперамента ...	131
Приложение 4. Цветовой тест Люшера (сокращенный вариант) ...	134
Приложение 5. Шкала «Тренер — спортсмен».....	135
Приложение 6. Оценка уровня групповой сплоченности и групповые упражнения.....	137
Приложение 7. 16-факторный опросник Р. Кеттелла.....	139
<b>Использованная литература.....</b>	<b>154</b>
<b>Рекомендуемая литература.....</b>	<b>160</b>
<b>Новые издания по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта» и смежным дисциплинам.....</b>	<b>161</b>