



## Психолого-педагогическое сопровождение учебно-тренировочных занятий, сборов и соревнований по баскетболу.фис\_тБаск

- 1) Что включает в себя развитие устойчивости к стрессу у спортсменов?
- 2) Какова частота осуществления психологической подготовки спортсменов?
- 3) Что помогают понять теории мотивации?
- 4) Каким образом у спортсмена достигается навык ставить перед собой цели и достигать их, несмотря на препятствия и неудачи?
- 5) Для каких целей используется медитация в спорте?
- 6) Какой вид мотивации является более стойким согласно теории самоопределения?
- 7) Кто является разработчиком метода прогрессивной мышечной релаксацией?
- 8) Что включает в себя работа с мотивацией спортсменов?
- 9) Что дают спортсменам навыки саморегуляции?
- 10) На что направлена волевая подготовка спортсменов?
- 11) Какие аспекты охватывает психологическая подготовка спортсменов?
- 12) Какова суть теории целеполагания в контексте спорта?
- 13) Какие виды подготовки из перечисленных включает в себя психологическая подготовка спортсменов?
- 14) Для чего спортсменам нужны релаксационные методики?
- 15) Чему способствует успешное применение психологических техник?
- 16) Какие релаксационные техники являются основными при работе со спортсменами?





- 17) Что предполагает интеграция психорегуляционных методик в тренировочный и соревновательный процесс?
- 18) С чего начинается свою работу спортивный психолог?
- 19) На чем фокусируется эмоциональная подготовка спортсмена?
- 20) Что включает в себя метод прогрессивной мышечной релаксации?
- 21) Какой подход необходимо использовать в работе с командой?
- 22) Как можно заинтересовать игроков команды в возрасте 5-8 лет?
- 23) Какая основная тренерская миссия при работе с детьми 5-8 лет?
- 24) Что тренеру необходимо донести до родителей?
- 25) Чем характеризуется возрастной этап 9-12 лет?
- 26) Почему этап 13-16 лет считается самым тяжёлым?
- 27) Как нужно взаимодействовать с родителями игроков 13-16 лет?
- 28) Должен ли тренер стоять образ недостижимости?
- 29) Что важно в поведении тренера в игре?
- 30) Необходимы ли тренеру знания психологии?
- 31) Какие наказания необходимо давать игрокам?
- 32) Для чего нужны открытые тренировки?
- 33) Что должен делать тренер как пример для подражания?
- 34) Как необходимо действовать при появлении первых контрактов у игроков?
- 35) Каким аспектам необходимо уделять внимание при воспитании молодых спортсменов?

