

Тем не менее, к психологической подготовке можно отнести технические средства, такие как тренажеры, регистрационная аппаратура, например, секундомеры, прыгомеры, радио-телеметрические приборы, фотофинишная установка для измерения сдвигов в развитии навыков, качеств, функционального состояния, а также демонстрационная аппаратура, например, видеомагнитофон, кинопроектор.

В спорте психологическая подготовка спортсменов к соревнованиям должна рассматривать как психологические, так и педагогические ее аспекты. Ко всему прочему, психологическая подготовка связана с повышением психологической культуры спорта и междисциплинарным взаимодействием науки о спорте.

Таким образом, подводя итог, можно сказать, что современные спортивные соревнования требуют от участников физической и психической энергии. Несмотря на хорошее физическое состояние, идеально отработанную технику, важно иметь способность преодолевать негативные эмоциональные состояния. Важно уметь преодолевать такие состояния с помощью различных методов и средств, иметь представление о дальнейших состязаниях. Психологическая подготовка эмоциональных состояний у спортсменов развивает психологические черты личности, психические качества, которые определяют его способности, достижения совершенствования, устойчивость, а также готовность, способность, целеустремленность и устойчивость спортсмена, которые помогают ему держаться на соревнованиях в процессе борьбы.

1. Ахатов, А. М. Психологическая подготовка спортсменов. Учебно-методическое пособие / А. М. Ахатов, И. В. Работин. – КамГАФКСиТ, 2008 –56 с.

Степаненко Ю.С.

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент Дворак В.Н.

ГГУ имени Ф. Скорины (Республика Беларусь)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

В современном мире олимпийское движение играет немаловажную роль. Более того, само понятие олимпийского движения звучит следующим образом: оно в современном мире связывает тех людей, которые придают большое значение ценностям олимпизма и их дальнейшему развитию в современном мире, более того, является чем-то согласованным, объединяющим тех людей, которые го-

товы руководствоваться Олимпийской хартией и ее принципами, а также готовы сотрудничать с Международным олимпийским комитетом (МОК).

Прежде чем идти дальше, можно упомянуть, в чем же заключается цель олимпийского движения. Целью олимпийского движения в современном мире являются создание мирного общества, которое заботит гармоничное развитие человечества, внедрение значимой, актуальной информации олимпийского движения и ее принципов, укрепление сотрудничества, развитие спорта, а также пропаганда и участие в Олимпийских играх. Руководством олимпийского движения занимается Международный олимпийский комитет.

Возрождение идеи олимпийского движения нового времени тесно связано с формированием психологии спорта как научной дисциплины. Можно упомянуть, что концепция современного олимпизма принадлежит Пьеру де Кубертену. В 1880 г. он учредил Национальную лигу физического воспитания и стал ее председателем. По его же инициативе в 1887 г. был создан Комитет по пропаганде физического воспитания, где руководящая роль была формально отведена министру просвещения Франции.

Он считал, что целью педагогической деятельности является развитие личности и ее воспитание, которое в первую очередь будет иметь развитие во взаимопонимании, уважении, дружбе и в мире. Ко всему прочему, Пьер де Кубертен считал, что спорт – это не просто физические упражнения, которые способствуют укреплению организма, но и развитие нравственных, социальных и эстетических способностей человека.

Началом современных Олимпийских игр можно считать 6 апреля 1896 года. В Афинах и проходили они по 15 апреля 1896 года.

Участие в этих Олимпийских играх принимали 311 спортсменов из 13 стран. Соревнования проходили исключительно между мужчинами по 43 видам спорта. Можно упомянуть, что программа первых игр включала девять видов спорта, таких как: легкая атлетика, гимнастика, борьба классическая, велоспорт, теннис, плавание, тяжелая атлетика, фехтование и стрельба пулевая.

Можно выделить основные аспекты, помогающие в реализации олимпийского движения в современном мире:

1. Развитие тренировочной и соревновательной инфраструктуры.
2. Привлечение высококвалифицированных специалистов, прошедших специальную подготовку.
3. Поддержание региональных федераций.
4. Активное сотрудничество с международными инстанциями.
5. Привлечение дополнительных средств в виде грантов.

Более того, Олимпийские игры впитали в себя наилучшие качества и действительно можно считать, что спорт способен привить человеку благополучные качества. К человеку предъявляются следующие основные требования:

1. Спортивной основой является содействие в развитии физических и моральных качеств.

2. В создании лучшего и спокойного мира большая роль спорта, проявляющаяся в воспитании молодежи при дружелюбной обстановке, где друг друга уважают и поддерживают.

3. Международное проявление доброй воли проявляется за счет распространения олимпийских принципов.

Именно поэтому можно считать, что олимпиады – это не только состязание спортсменов, соревнующихся между собой для того, чтобы показать, кто сильнее под олимпиадой понимается мировоззрение спортсмена, а также цели, воля и способности человечества, благодаря которым спортсмены смогли достичь высот.

Не стоит забывать про олимпийский символ, который включает 5 цветов: верхних 3 переплетенных кольца голубого, черного и красного цветов и 2 переплетенных кольца желтого и зеленого цветов из нижнего ряда.

Как правило, в современном мире олимпийское движение влечет за собой набор эмоциональных состояний у спортсменов. Дело в том, что эмоциональные состояния, которые могут негативно сказаться на деятельности спортсмена, влияют на успешность и результативность спортсменов.

Существует проблема исследования разного содержания эмоциональных состояний у спортсменов в современной спортивной психологии. К изучению можно отнести какое-то одно состояние, например, апатию. Перед началом Олимпийских игр у спортсменов включаются вегетативные функции, такие как изменение ритма дыхания, повышение частоты сердечных сокращений, изменение обмена веществ и психических процессов, например, эмоциональных и волевых процессов, а также моторных качеств и техники выполнения движений.

Для улучшенного состояния спортсменов разработаны различные методы, такие как: релаксация, убеждение, психотехнические игры и психотерапевтические техники, музыкотерапия, арттерапия, психорегулирующие, психомышечная и идеомоторная тренировки, физические упражнения, дыхательные упражнения, внушение, гипноз, визуализация,

Прежде всего, психолог направляет свое внимание на индивидуальные особенности спортсменов, когда применяет перечисленные техники и методы.

На сегодняшний день олимпийское движение учит нас честности, взаимопониманию и уважению по отношению друг к другу, терпимости и солидарности.

В современном олимпийском движении имеются свои прогрессивные стороны. К таким сторонам можно отнести недопустимость расовой, политической и религиозной дискриминации в спортивной сфере, присутствие равноправия национальных спортивных организаций, а также признание суверенитета, невме-

шательство в их личную жизнь, демократические основы организации движения и активное участие в борьбе за достижение всеобщего мира. Именно такое соблюдение этих принципов повлечет за собой прогресс Олимпийских игр.

Такой прогресс можно рассмотреть на примере Афинской XXVIII Олимпиады 2004 года. Араш Миресмаэли – знаменитый иранский дзюдоист, к тому же знаменосец сборной команды Ирана, который дважды побеждал на чемпионатах мира и являлся для многих фаворитом с уверенностью вышел из групповой стадии турнира, отказался от продолжения борьбы и впоследствии чего был дисквалифицирован. Почему он так поступил? Потому что его соперником оказался Эхуд (Уди) Вакс, гражданин Израиля. Учитывая хорошее физическое состояние и хорошо отработанную технику, в знак солидарности со страданиями народа Палестины, Араш отказался состязаться со своим израильским противником.

На сегодняшний день в карьере спортсмена победа или высокие результаты на Олимпийских играх являются желаемым достижением. В случае победы престиж страны повышается, команда обретает еще большую уверенность, появляются новые спонсоры. К тому же, спортсмены заинтересованы какими-то личными выгодами, амбициями, которые берут из спортивной сферы, например, известность. В настоящее время много новых и полезных идей по поводу строительства спортивных технологий, современных спортивных комплексов, которые будут посещать все желающие попробовать себя в сфере спорта.

Нельзя не упомянуть, что в современном олимпийском движении появилось новое движение. Такое движение называется волонтерским. Волонтеры – это группа людей, кто-то их считает организаторами, вдохновителями идей, целью которых является помощь заблудившимся людям, приехавшим на Олимпийские игры в чужую страну. Ко всему прочему, волонтеры помогают с преодолением языковых барьеров и организуют досуг. Волонтерское движение внесло в Олимпийские игры толерантность и коммуникативность.

Таким образом, подводя итог, можно сказать, что олимпийское движение в современном мире имеет ряд принципов и идеалов, повлекло за собой множество изменений остается единственным фактором, сдерживающим в наши дни многие конфликты народов мира. Участники и зрители с нетерпением ждут этого события и с интересом наблюдают и болеют за спортсменами.

1. Современное олимпийское движение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rsport.ria.ru/20210406/olimpiada-1604374469.html>. – Дата доступа: 03.11.21.
2. Олимпийское движение, студенческий спорт, коммуникации и образование [Электронный ресурс] : материалы Междунар. студ. олимпийского форума, Минск / редкол.: И. И. Гуслистова (гл. ред.), В. А. Харьков (зам. гл. ред.); Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2020. – 155 с.