



15 квітня 2024 р. у Класичному фаховому коледжі СумДУ відбулося чергове засідання наукового гуртка фізичної культури і спорту «Спортивний Олімп». Цього разу здобувачі освіти спеціальності *017 Фізична культура і спорт* (освітньо-професійна програма «Фізична культура і спорт») спілкувалися на тему «Педагогіка і психологія спорту. Вікові різниці».

Педагогіка і психологія спорту – це дві важливі галузі, які взаємодоповнюють одна одну та сприяють розвитку спортивного потенціалу кожної людини. Важливо враховувати вікові особливості при плануванні тренувальних програм та методик викладання. Наприклад, підлітки часто переживають періоди психологічних змін, тому важливо надавати їм постійну підтримку та розуміння під час тренувань. Великі тренувальні навантаження рекомендується виконувати тільки після досягнення студентами психологічної стійкості.

На засіданні виступили заступник директора з виховної роботи, практичний психолог Юлія БІБІК, яка представила доповідь «Психологія спорту як спеціальна галузь психологічної науки», та здобувач освіти Кирило КОЛЕСНИКОВ (гр. ФК-21), який підготував презентацію на тему: «Психологічна підготовка та основи тактичної підготовки в спорті».

Після доповідей у гуртківців виникло чимало запитань, що стали підґрунтям для жвавої дискусії. Вони обмінювалися думками, висловлювали власні погляди на питання, які було розглянуто, наводили різні приклади, аналізували проблемні ситуації та усвідомили, що психологія спорту займає ключове місце у вивченні не лише закономірностей психічної діяльності окремих людей і колективів у процесах спортивної діяльності, а також забезпечує ефективність навчально-тренувального процесу, підготовку спортсменів до змагань і успішних виступів.

Переконані, отримані знання допоможуть майбутнім фахівцям фізичної культури і спорту під час проходження практики та подальшої професійної діяльності.