

УДК 794.1

ББК 75.58

C17

C17 **Самороднов О. В.**

Особенности психологии шахматного единоборства /

Олег Самороднов. — Санкт-Петербург: Страта,

2022. — 306 с.

ISBN 978-5-907476-70-7

Мультидисциплинарный метод, предложенный автором при освещении такого сложного феномена как шахматное единоборство, вполне себя оправдывает в аспекте системного и интегрального подходов, содержащих в себе: последние достижения психологической науки; материалы собственной психолого-педагогической практики автора; а также прогнозы на будущее шахматного спорта. Достаточно доходчиво автором изложены и проблемы стрессоустойчивости и пути формирования индивидуального психофункционального оптимума, исходя не только из Программ подготовки грамотных в теории и практике интеллектуальных единоборств спортсменов, но и ориентируясь на индивидуальные особенности каждого из них.

Этот труд — по сути Научно-Методическое пособие — несомненно явится серьёзным научным вкладом не только в копилку шахматному мастеру, но и в такие отрасли научно-производственного характера как управленческая деятельность, операторский и диспетчерский труд, военно-стратегические программы подготовки групп специального назначения и проч. Книга будет интересна всем поклонникам Каиссы, независимо от возраста и уровня профессионального мастерства.

© Самороднов О. В., текст, 2022

© «Страта», оформление, 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
ОТ АВТОРА	5
ВВЕДЕНИЕ	8
ГЛАВА ПЕРВАЯ. «Теория функциональных систем» и проблема развития шахматного мастерства.....	11
1.1. Основы саморегуляции спортсмена-единоборца. Основные ключевые вопросы	11
1.2. Ось «мотив-цель» как основное звено в воспитании интереса к шахматному спорту.....	15
1.3. Что такое «Афферентный синтез», «Концептуальная модель» и как они связаны с принятием конкретного решения.....	19
1.4. Образ мира — как индивидуальная структурированная матрица восприятия, обработки и систематизации объектов, процессов, событий окружающей действительности	31
1.5. «Акцептор результата действия» — самый важный контрапункт всей системы саморегуляции спортсмена — шахматиста	34

1.6. Взаимодействие нейро-психофизиологического и психомоторного уровней саморегуляции.....	44
1.7. Взаимопроникновение уровней саморегуляции	70
1.8. Психологические приёмы «на шахматной доске» и за её пределами, демонстрирующие рефлексивный уровень саморегуляции шахматистов	74
1.9. Природа страха. Онтогенез и коллективное сознание.....	84

ГЛАВА ВТОРАЯ. Личностные особенности спортсмена

интеллектуальных единоборств	102
2.1. Что такое «стиль»?	102
2.2. Необходимость психодиагностики и мониторинга спортсмена интеллектуальных единоборств	110
2.3. Самооценка и «Я-концепция» шахматиста — главные факторы в развитии рефлексивных качеств.....	113
2.4. Рефлексия и рефлексивное управление	139
2.5. Взаимосвязь самооценочных характеристик с психомоторным стилем шахматного единоборца	157
2.6. Что такое «Локус контроля» и как его величины влияют на формирование рефлексивных способностей	166

ГЛАВА ТРЕТЬЯ. Вопросы подготовки шахматиста

к соревновательному циклу	198
3.1. Основные виды деятельности, осуществлённые на базе ПЛСиС и КПК.....	198
3.2. Эмоциональное перенапряжение, стресс и применение методов «медитативной» психокоррекции для снятия неблагоприятных психофункциональных состояний.....	202
3.3. Опасность монотонии как фактора развития стресса	204

3.4. Эмоциональный стресс и включение механизма «тормозно-релаксационной системы срочной защиты» (ТРФСЗ).....	206
3.5. Концепция психофункционального оптимума спортсмена	211
3.6. Зависимость параметров психомоторики и нервно-мышечного аппарата в блоке «успешно адаптированные» в зависимости от роста профессионального мастерства. Групповой оптимум	219
ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ. Будущее шахматного спорта	239
4.1. Математическое моделирование в шахматном спорте	239
4.2. Социально-психологические и психофизиологические особенности, характеризующие группы спортсменов: «шахматисты» и «игровики»	248
4.3. Возникновение новых гибридных шахматных видов спорта	251
4.4. Особенности внутригрупповых корреляционных связей психомоторики и интеллекта.	257
4.5. Ещё раз об индивидуальном спортивном режиме и о важности его соблюдения.	275
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	279
Список рекомендуемых литературных источников	286
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	294
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	298