

Пярвин Ализаде - известная в нашей стране спортсменка, мастер спорта, победитель и призер чемпионата и Кубка Азербайджана (в личном и парном разрядах) по бадминтону, участница многих международных турниров по бадминтону. Она также дочь Джеваншира Ализаде - мастера спорта СССР и Азербайджана, тренера сборной Азербайджана по бадминтону.

Галия АЛИЕВА,
«Бакинский рабочий»

Недавно спортсменка стала гостем нашей редакции и поделилась своими мыслями о сочетании человеческого интеллекта, физической силы и психологии, дающем невероятные результаты, о роли психологии в спорте.

- Пярвин, как вы считаете, насколько важна спортивная психология в успехе спортсмена?

- Спорт - самый здоровый способ борьбы в мире и одно из средств самоутверждения каждой нации, и, безусловно, роль психологии в спорте неоценима. Управление психологией и применение новых методов психологической подготовки стимулируют появление нового этапа в современном спорте. Вера в то, что спортсмен достойно представляет свою родную страну, высоко поднимает национальный флаг и поет национальный гимн, составляет огромное психологическое и эмоциональное единство. Внимание и забота о спорте в нашей стране велики, и тот факт, что Национальный олимпийский комитет Азербайджана возглавляет сам Президент Азербайджанской Республики Ильхам Алиев, - яркое тому доказательство, дающее огромную мотивацию нашим спортсменам.

Наша страна активно использует как наши национальные спортивные традиции, так и международный опыт в форме синтеза - как в индивидуальных, так и в командных соревнованиях. Исходя из этого, для достижения большего успеха в области спортивной психологии считаю, что необходимо расширить применение международной практи-

С ориентацией на командный дух

Спортивная психология не ограничивается только физическим здоровьем



ки в нашей стране.

- Какие критерии, на ваш взгляд, следует учитывать при применении международных практических занятий по спортивной психологии в Азербайджане?

- Здесь важную роль играют несколько факторов, в первую очередь необходимо сформировать международную практику спортивной психологии в соответствии с национальными ценностями и ментальной природой Азербайджана. Например, некоторые виды единоборства, такие как борьба, зорхана и другие виды спорта, считающиеся национальными, имеют в нашей стране большие исторические традиции. Как различны правила вольной и греко-римской борьбы, так различны и их психологические учения. В командных играх совсем другая психологическая подготовка, и здесь надо готовить спортсмена не индивидуально, а ориентируя на командный дух. Еще одним ключевым фактором является подготовка национальных кадров в области спортивной психологии.

- Здесь, конечно, на первый план выходит образование.

- Совершенно верно. Обучение спортивной психологии уникально. Отдельную психологическую подготовку следует проводить не только со спортсменами, но и с тренерами, спортивными врачами и даже судьями. Сочетание человеческого интеллекта и физической силы с его психологией может дать невероятные результаты. Азербайджанская государственная академия физического воспитания и спор-

та неоднократно реализовывала программы профессиональной подготовки и развития в области спортивного образования. Здесь наряду с другими программами особое место отведено спортивной психологии. Как и во многих ведущих вузах Азербайджана, педагогика и психология преподаются и в области спорта, ведь спорт является одним из мощнейших факторов использования человеческого капитала в стратегических целях, а воспитание здорового поколения тесно связано со спортом и физической культурой.

- Есть ли в нашей стране традиции обучения спортивной психологии?

- Конечно. Думаю, в этом смысле фраза «в здоровом теле - здоровый дух» для нас совсем не пустая. В Азербайджане создана всемирно известная школа борьбы для спортивной подготовки (пехлеваны). Помимо специальной физической подготовки, азербайджанская школа борьбы также проводит специальные тренировки для укрепления психического и физического здоровья спортсмена. А организация скачек, фехтования, стрельбы из лука и других состязаний сегодня играет основополагающую роль в возрождении древних спортивных традиций в Азербайджане.

Известность карабахских скакунов в мире обусловлена не только дрессировкой этих прекрасных животных, но и наглядно демонстрирует высокую физическую и психологическую подготовку управляющих ими людей, а также древние традиции дрессировки в Азербайджане.

- Насколько всеобъемлющее место и роль спорта в образовательной политике Азербайджана?

- Одним из стратегических направлений государственной стратегии развития образования нашей страны является создание образовательной инфраструктуры, отвечающей современным требованиям и обеспечивающей непрерывное образование. В рамках

этой инфраструктуры планируется также организация образовательного процесса спортсменов, нуждающихся в особом уходе, и спортивных специалистов, проходящих реабилитацию. Паралимпийцы - спортсмены сильнейшей спортивной психологией во всех спортивных соревнованиях на земле. Их сила воли, решительность, настойчивость мотивированы высокой психологической поддержкой. Все стали свидетелями успехов, достигнутых азербайджанскими паралимпийцами на Олимпиаде в Токио.

Это доказывает, что спортивная психология не ограничивается только физическим здоровьем. Здесь очень важны образование и обучение. Помимо формального образования, в современных формах образовательного процесса существуют также информальные и неформальные формы обучения. В эпоху бурного развития информационных технологий приобретение информальной спортивной подготовки становится традиционным, а организация занятий физической культурой в общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях является традиционной

века не только с физической, но и с психологической точки зрения, развивается потенциал быстрого принятия решений. В последние годы бадминтон в Азербайджане развивается достаточно динамично. Объяснение простое - растущий интерес детей и подростков к нему. В последнее время Федерация бадминтона уделяет особое внимание развитию этого вида спорта среди уязвимых групп населения, в том числе организации соревнований в сфере инклюзивного образования.

Существует несколько причин, по которым такие виды спорта, как бадминтон, требуют комплексной психологической подготовки, - спортсмены соревнуются иногда в одиночном разряде, иногда в парах, иногда в парах юношей и девушек, в основе каждого из которых лежит отдельная психологическая подготовка. Поскольку физическое строение и психологическая подготовка женского и мужского организма различны, организация их совместной борьбы требует очень сильной тактической подготовки и психологического подхода. Немаловажное значение имеет и высокая физическая и психологическая подготовка тренеров и судей,

В эпоху бурного развития информационных технологий приобретение информальной спортивной подготовки становится традиционным, а организация занятий физической культурой в общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях является традиционной составляющей образовательной политики

составляющей образовательной политики.

- Давайте поговорим о вашем виде спорта. Каков уровень развития бадминтона в Азербайджане, его психологические аспекты?

- Бадминтон - один из редких видов спорта, затрагивающий практически все области физического строения человека. В этом виде спорта быстро развивается и укрепляется каждая часть тела, от мышц рук и ног до мышц глаз, повышается гибкость чело-

ростков определяет их дальнейшую судьбу, а это в конечном счете определяет судьбу всего общества. Внедрение и развитие спортивных соревнований в процессе инклюзивного образования сплачивают детей и снимают существующие искусственные и естественные барьеры, формируют у них уверенность в себе. Здесь очень важен психологический фактор, потому что решаются такие важные вопросы, как интеграция в социум и устранение проблемы трудоустройства в будущем. И здесь я бы хотела отметить большую роль, которую играет применение спортивной психологии в образовании.

- В последнее время руководство страны предпринимает прогрессивные шаги по интеграции науки и образования. Считаете ли вы важными какие-либо новшества по интеграции спорта и образования?

- Безусловно. В системе обязательного образования нашей страны спорт и образование всегда неразрывны. Реализуются государственные программы по подготовке спортсменов нового поколения, а для повышения экономической эффективности этого традиционного процесса больший эффект могут дать организация частных курсов в области спортивной психологии и единство образования, привлечение к этим курсам профессиональных психологов, а также специалистов в области спорта. Организация интенсивов и конкурсов совместно с соответствующими государственными учреждениями по борьбе с наркоманией и другими проблемами, особенно в регионах, может создать условия для привлечения в страну дополнительных инвестиций. Организация тренингов и конгрессов международными ассоциациями, такими как Международное общество спортивной психологии, на наших землях, освобожденных от оккупации, также может направить внимание всего мира на нашу страну.

- Вы упомянули инклюзивное образование. Какова, по вашему мнению, роль спорта в развитии инклюзивного образования?

- Понятие спорта очень широкое. Как известно, в него входят не только физические соревнования, но и соревнования умственных. Независимо от уровня здоровья, умственное и физическое развитие всех детей и под-