



ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ ПЛАНИРОВАНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ORGANISATIONAL ASPECTS OF PLANNING AND PROVISION OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT IN ATHLETIC ACTIVITIES



Тиунова Ольга Владимировна – канд. пед. наук, доцент, ведущий научный сотрудник Федерального научного центра физической культуры и спорта, Москва, Россия, ORCID iD 0000-0001-9301-0475, olgatiunova@yandex.ru

Tiunova Olga – PhD in Pedagogical Science, Assistant Professor, Researcher at the Federal Science Center of Physical Culture and Sport, Moscow, Russia

Ключевые слова: психологическая подготовка спортсменов, системный подход, модульная структура, пакетные предложения потребителям психологических услуг.

Аннотация. В статье изложен системный подход к планированию и реализации психолого-педагогического обеспечения спортивной подготовки. Основные модули работы основаны на запросах спортсменов сборных команд страны и многолетнем опыте практической работы со спортсменами различной квалификации, тренерским составом и родителями юных спортсменов. Представленный материал является основой курса повышения квалификации для спортивных психологов.

Keywords: psychological training for athletes, comprehensive approach, modular structure, packaged offers for consumers of psychological services.

Abstract. The article considers a comprehensive approach to the planning and implementation of psychological and pedagogical support in sports training. The main modules of work are based on inquiries from members of national teams and long practical experience with diversely qualified athletes, coaching staff and parents of juvenile athletes. An advanced training course for sports psychologists is based on the information presented.

Актуальность исследования. Профессиональная подготовка и дальнейшая самореализация спортивного психолога предполагает рациональное использование всей совокупности содержательных, организационных и методических аспектов практической деятельности [7]. Наличие такого «трёхмерного» пространства требует рационального планирования программ психолого-педагогического обеспечения спортивной деятельности (ППОСД). При этом итоговое содержание реализуемой программы, а также методическое её воплощение, в

существенной степени определяется и лимитируется организационными условиями, возможностями спортивной организации (заказчика) и задачами, поставленными психологу в конкретной спортивной среде.

В статье рассматривается алгоритм подготовки программ психолого-педагогического обеспечения (сопровождения) спортивной деятельности, учитывающий основные организационные особенности практической работы спортивного психолога.



Цель исследования – систематизировать основные особенности организационного характера, определяющие конечное содержание и методическое воплощение программ ППОСД.

Организация исследования. В ходе многолетнего исследования были проведены: анализ литературных данных [1, 2, 3, 8], опросы спортсменов высокой квалификации и ближайшего резерва, тренерского состава и родителей юных спортсменов [4, 6], практическая апробация различных форм психолого-педагогического обеспечения [5]. Это дало возможность сформировать понятие «модуль» и «пакетные предложения». Дальнейшее изучение «запросов» всех категорий потенциальных заказчиков (потребителей) психологических услуг позволило разрабатывать и успешно внедрять программы психолого-педагогического обеспечения, адаптированные к возможностям и условиям конкретных спортивных организаций (команд).

Результаты исследования и их обсуждение.

На основе результатов опросов спортсменов высокой квалификации (членов сборных команд России) [6] **основными модулями ППОСД можно считать:**

- психодиагностику,
- консультирование,
- прогнозирование спортивного результата на основе анализа ретроспективы индивидуальных рекордов,
- подбор тематической информации по значимым для спортсмена вопросам,
- разработку индивидуальных программ психологической подготовки к ответственным соревнованиям и коррекции неблагоприятных состояний,
- проведение индивидуальных и групповых психологических тренингов,
- мониторинг психофизического состояния спортсмена и его коррекция,
- экстренную психологическую помощь,
- решение конфликтных ситуаций, возникающих на уровне «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-команда», «спортсмен-тренер»,
- предстартовую психологическую подготовку на соревновательном этапе,
- психологическую поддержку во время соревнований,
- совместный анализ полученного опыта побед и поражений после соревнований,
- помощь в «социализации» спортсмена на этапе завершения спортивной карьеры,
- психологическую реабилитацию спортсмена, получившего травму,

– проведение групповых бесед по темам, интересующим команду.

Базовыми модулями среди перечисленных являются «Психодиагностика», «Применение открытых многомерных опросников», «Консультирование» и «Анализ соревновательного опыта». Именно в ходе их практической реализации спортивным психологом формируется заинтересованность спортсменов и тренеров к включению в программу спортивной подготовки и остальных модулей психолого-педагогического обеспечения.

Из этого набора модулей для спортсменов различной квалификации может быть составлено «пакетное предложение» для последующего выбора наиболее актуальных форм работы.

В пакетные предложения тренерскому составу нами были включены следующие модули:

- экспертная оценка предлагаемых или используемых психологических, психодиагностических методик, программ и тренингов,
- консультации по вопросам: психологической подготовки спортсменов, формирования и коррекции внутрикандных отношений, повышения эффективности тренировочного процесса, на основе учета психологических особенностей спортсменов, оценки психологического состояния спортсменов,
- консультации по вопросам профессиональной самореализации,
- психологическая помощь в преодолении профессионального кризиса и профилактика профессионального выгорания,
- помощь в решении конфликтных ситуаций, возникающих на уровне «тренер-спортсмен», «тренер-команда», «тренер-родитель юного спортсмена», и др.
- подготовка тематических информационных материалов (по запросу),
- обучение на курсах повышения квалификации «Спортивная психология» (72 академических часа) и тематических семинарах / вебинарах,
- помощь в подготовке научных публикаций,
- помощь в планировании, подготовке и проведении диссертационного исследования.

В пакетное предложение родителям юных спортсменов нами включены:

- определение базовых и актуальных жизненных ценностей ребенка, места спортивной деятельности среди остальных приоритетов его развития,
- консультации по вопросам выбора ребенком спортивной специализации, мотивации к занятиям спортом, психологической поддержки и улучшения



взаимоотношений с юным спортсменом, построения успешной спортивной карьеры,

- обучение на семинаре / вебинаре по теме «Психологическая подготовка юного спортсмена»,
- подготовка тематических информационных материалов (по запросу).

Разумеется, три примера пакетных предложений, представленные выше, являются лишь ориентиром для формирования иных предложений, основанных на опыте, знаниях и возможностях конкретного спортивного психолога или коллектива, оказывающего психологические услуги.

В ходе последующего анкетного опроса или обсуждения должны быть выбраны наиболее актуальные направления и формы работы. Этот выбор станет основой программы ППОСД на данный период именно в этой спортивной организации (с этим заказчиком).

Организационные аспекты реализации любой программы ППОСД определяются пятью признаками:

- 1) категория потенциальных «потребителей» психологических услуг (спортсмены высокой квалификации, несовершеннолетние спортсмены и их родители, тренеры, руководители спортивных организаций и др.),
- 2) направленность предполагаемой работы (индивидуальная, групповая, командная),
- 3) продолжительность работы (экстренная, краткосрочная, среднесрочная, долговременная),
- 4) форма её реализации (очная, очно-заочная и заочная),
- 5) тип предполагаемой работы (информационная, образовательная, активно-деятельностная).

Практический опыт показал, что важен именно такой порядок планирования конечной программы ППОСД.

Очевидно, что реализуемые на практике программы ППОСД должны соответствовать ряду критериев, т.е. быть:

- логично построенными, понятными не только «внешнему» заказчику, но и непосредственному «объекту воздействия»;
- апробированными на практике и/или обоснованными теоретически;
- комплексными, предусматривающими как психологическую подготовку, так и психолого-педагогическое обеспечение физической, технической, тактической подготовки и её медико-биологического компонента;
- алгоритмизированными, гибкими («модульными»);

– оцифрованными и доступными для контроля.

Данные признаки должны помочь и тренерскому составу выбрать из нескольких предложений по реализации ППОСД на «рынке» психологических услуг наиболее надёжную систему работы спортивного психолога.

Заключение. Формирование, структурирование профессионального арсенала спортивного психолога и его последующую успешную самореализацию в существенной степени облегчит четырёхзвенная внутренняя логика: «могу» (модули) – «предлагаю» (пакет/-ы) – «формирую» (программа) – «реализую» (система).

Успешная практическая апробация системы психолого-педагогического обеспечения спортивной деятельности, технологий самоопределения, самоорганизации, самопостроения и самореализации личности, много лет осуществляемые в рамках «Лаборатории физической культуры и практической психологии», открытый доступ к использованию этого опыта, могут служить моделью работы для психологических центров, психологических служб спортивных организаций и практикующих спортивных психологов.

Литература

1. Байковский, Ю.В. Факторы, определяющие экстремальность спортивной деятельности / Ю.В. Байковский // Экстремальная деятельность человека. – 2016. – №2 (39). – С. 55–59.
2. Гожин, В.В. Формирование состояния боевой готовности спортсмена-единоборца: монография / В.В. Гожин, В.Л. Дементьев, С.В. Сизяев. – М.: Физическая культура, 2009. – 204 с.
3. Елисеев, С.А. Профессиография практикующего психолога в спортивной деятельности / С.А. Елисеев, Н.В. Журин, Т.Н. Журина // Ученые записки университета им П.Ф.Лесгафта. – 2016. – №10 (140). – С. 242–246.
4. Кузнецова, Т.Е. Изучение потребностей тренерского состава в психологическом обеспечении спортивной подготовки [Текст] / Т.Е. Кузнецова, О.В. Тиунова // Спортивный психолог. – 2017. – №1. – С. 15–19.
5. Психологическая служба по работе со спортсменами высокой квалификации [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.self-master-lab.ru/psiho.html> (дата обращения: 01.03.2019).
6. Тиунова, О.В. Актуальное содержание психолого-педагогического обеспечения спортивной подготовки по данным анкетирования сборных

команд страны / О.В. Тиунова // Спортивный психолог. – 2017. – № 3 (46). – С. 68–70.

7. Тиунова, О.В. Профессиональная деятельность спортивного психолога: спектр современных возможностей самореализации / О.В. Тиунова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2017. – №7 (149). – С. 241–247.

8. Gould, D. 1988 US Olympic wrestling excellence: I. Mental preparation, precompetitive cognition, and affect / D. Gould, R.C. Eklund, S.A. Jackson // The sport psychologist. – 1992. – Dec;6(4). – P. 358–382.

Literature

1. Bajkovskij, Yu.V. Factors determining extreme sporting activities / Yu.V. Bajkovskij // EHkstremaal'naya deyatel'nost' cheloveka. – 2016. – №2 (39). – P. 55–59.

2. Gozhin, V.V. Formation of the state of readiness of athlete, grappler: monograph / V.V. Gozhin, V.L. Dement'ev, S.V. Sizyaev. – M.: Fizicheskaya kul'tura, 2009. – 204 p.

3. Eliseev, S.A. Professiogramme practicing psychologist in sports / S.A. Eliseev, N.V. ZHurin, T.N.

ZHurina // Uchenye zapiski universiteta im P.F.Lesgafta. – 2016. – №10 (140). – P. 242–246.

4. Kuznecova, T.E. Study of the needs of the coaching staff in the psychological support of sports training [Text] / T.E. Kuznecova, O.V. Tiunova // Sportivnyj psiholog. – 2017. – №1. – P. 15–19.

5. Psychological service for work with highly qualified athletes [Electronic resource]. – URL: <http://www.self-master-lab.ru/psiho.html> (date accessed: 01.03.2019).

6. Tiunova, O.V. Actual content of psychological and pedagogical support of sports training according to the survey of national teams / O.V. Tiunova // Sportivnyj psiholog. – 2017. – № 3 (46). – P. 68–70.

7. Tiunova, O.V. Professional activity of the sports psychologist: a range of modern possibilities of self-realization / O.V. Tiunova // Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. – 2017. – №7 (149). – P. 241–247.

8. Gould, D. 1988 US Olympic wrestling excellence: I. Mental preparation, precompetitive cognition, and affect / D. Gould, R.C. Eklund, S.A. Jackson // The sport psychologist. – 1992. – Dec;6(4). – P. 358–382.

