2. Горская, Г.Б. Личность спортсмена в контексте спортивной деятельности / Г.Б. Горская // Рудиковские чтения : материалы IX международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта. – М., 2013. – С. 193-196.

3. Кадырбаева, Д.Р. Методика исследования личностных особенностей спортсменов младшего школьного возраста / Д.Р. Кадырбаева, В.И. Палий, Л.Т. Ямпольский ; Всесоюз. научно-исследоват. ин-т физ. культуры. – М. : [б.и.], 1985. – 24 с.

4. Родионов, А.В. Психология физической культуры и спорта : учебное пособие для спортивных вузов / А.В. Родионов ; Московский психолого-социальный институт. – М. : Флинта, 1998. – 152 с.

5. Сирис, П.З. Темпы прироста физических качеств – фактор, определяющий потенциальные возможности спортсмена / П.З. Сирис // Теория и практика физической культуры. – 1973. – № 4. – С. 9-22.

6. Шмелев, А.Г. Психодиагностика личностных черт / А.Г. Шмелев. – СПб. : Речь, 2002. – 480 с.

7. Юров, И.А. Индивидно-личностные предпосылки деятельностной успешности в спорте / Юров Игорь Александрович. – Кострома, 2015. – 238 с.

REFERENCES

1. Gordon, S.M. and Yampolsky, L.T. (1981), *Evaluation of psychological readiness of the athlete*, GTSOLIFK, Moscow.

2. Gorskaya, G.B. (2013), "The identity of the athlete in the context of sports activities", *Rudik reading materials IX international scientific-practical conference of psychologists of physical culture and sports*, GTSOLIFK, Moscow, pp. 193-196.

3. Kadyrbaeva, D.R., Paliy, V.I. and Yampolsky, L.T. (1985), *Methods of research of personality characteristics of athletes of primary school age*, VNIIFK, Moscow.

4. Rodionov, A.V. (1998), *Psychology of physical culture and sports. Textbook for sports schools*, Moscow psychological-social Institute, Flint, Moscow.

5. Siris, P.Z. (1973), "Rates of a gain of physical qualities – the factor defining potential opportunities of the athlete", *Theory and practice of physical culture*, No. 4, pp. 9-22.

6. Shmelev, A.G. (2002), *Psychodiagnosis personality traits*, Speech, St. Petersburg.

7. Yurov, I.A. (2015), *Individnyh-activity-personal preconditions of success in the sport*, dissertation, Kostroma.

Контактная информация: valeria-moskva@mail.ru

Статья поступила в редакцию 19.03.2017

УДК 159.9

МЕТОДИКА «КОНФЛИКТНЫЕ СИТУАЦИИ В СПОРТЕ» (СОКРАЩЕННЫЙ ВАРИАНТ)

***Сергей Иванович Петров**, кандидат психологических наук, доцент,*
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В статье представлена авторская методика «Конфликтные ситуации в спорте». Дано краткое описание методики и краткое описание исследуемых показателей, инструкция к выполнению. Представлены стимульные ситуации, бланк для ответов, а так же предложен ключ к ответам с указанием диапазонов нормы.

Ключевые слова: методика «Конфликтные ситуации в спорте», «ассертивное поведение», «агрессивное поведение», «манипулятивное поведение», «избегающее поведение» и «поведение, направленное на установление или поддержание социальных отношений».

TECHNIQUE "CONFLICT SITUATIONS IN SPORTS" (REDUCED OPTION)

***Sergey Ivanovich Petrov**, the candidate of psychological sciences, senior lecturer,*
The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

The author's technique "Conflict situations in sports" is presented in the article. Brief description of the technique and brief description of the studied indicators, including the instruction for performance have been given. The stimulus situations and form for answers are presented, and the key with the indication of ranges of norm is also offered.

Keywords: technique "Conflict situations in sports", "assertive behavior", "aggressive behavior", "manipulative behavior", "avoiding behavior" and "behavior directed at establishment or maintenance of social relations".

В данной статье представлена тестовая методика «Конфликтные ситуации в спорте» разработанная ещё в 2005 году. Полный вариант методики направлен на выявление достаточно широкого спектра психологических характеристик спортсмена в условиях актуального конфликта со значимыми субъектами его спортивной деятельности. В тексте представлен сокращённый вариант методики, направленный на определение типов поведения спортсмена в возникающих конфликтных ситуациях в ходе тренировочной и соревновательной деятельности. Методика прошла процедуру стандартизации и валидизации [1], полученные результаты прошли обсуждения на конференциях и апробированы в научных журналах [2, 3, 4].

ОПИСАНИЕ МЕТОДИКИ

Стимулирующая ситуация методики заключается в схематическом контурном рисунке (14 контурных рисунка), на котором изображены два человека, занятые ещё не законченным разговором. Одно действующее лицо говорит определённые слова другому, ответ, которого не приводится. Изображённые персонажи могут различаться по полу, возрасту и прочим характеристикам. Общим для всех рисунков является нахождение во фрустрирующей, конфликтной ситуации.

Инструкция для испытуемых: «Вам предлагается 14 ситуаций (рисунков) из области спорта. На каждой из них изображено два человека, ведущих диалог. То, что говорит первый, написано над ним в специальном квадрате. Представьте себя на месте второго участника ситуации.

В отношении каждой ситуации сделайте выбор одного из пяти вариантов ответов (поведенческих действий), наиболее близкий к Вашей реакции в подобной ситуации и зачеркните соответствующую букву в бланке ответов.

Старайтесь работать достаточно быстро, долго над ответами не задумывайтесь. Помните, первый пришедший в голову вариант наиболее верный и правильных или неправильных ответов здесь нет».



Ситуация 1.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Я буду вести себя так, чтобы он не почувствовал, что я расстроен или рассержен.

Б. Я буду продолжать тренироваться, лишь бы забыть о данном неприятном моменте.

В. Буду действовать, так что бы и ему было неприятно.

Г. Постараюсь успокоить партнёра, ведь нам ещё вместе тренироваться.

Д. Я, скорее всего в этот раз промолчу или успокою другого спортсмена, но при необходимости напомню ему о своём великодушии.



Ситуация 2.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

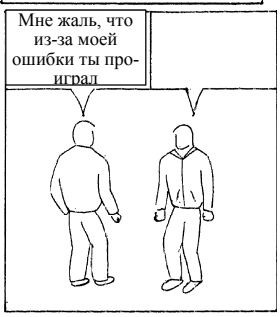
А. Обращусь за помощью к обслуживающему персоналу за помощью, попрошу прошенья у тренера.

Б. Я скорее сам исправлю данную ситуацию, уберусь в зале.

В. Сделав вид, что я здесь не причём, скажу уборщице, чтобы та убралась.

Г. Молча выслушав критику, уйду в раздевалку.

Д. “Поставлю на место” подошедшего словами или действиями.



Ситуация 3.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Буду молчать, постараюсь побыстрее обо всём забыть.

Б. Предложу свою помощь в решении возникшей ситуации, возможно, что-то ещё можно сделать.

В. Понимая, что сейчас уже ничего не исправить, не буду обвинять его, этим фактом ещё можно будет воспользоваться в будущем.

Г. Скорее всего выскажу ему всё что думаю о судьях, и о том, как они судят.

Д. Скорее постараюсь спокойно обсудить возникшую ситуацию, не обвиняя судью.



Ситуация 4.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Буду тренироваться с удвоенной силой для того что бы выиграть следующие соревнования.

Б. Начну реже ходить на тренировки, уйду к другому тренеру.

В. Буду “подкалывать” тренера на тренировках за его ошибки и промахи.

Г. Скорее соглашусь с ним, попрошу помощи для исправления ошибок.

Д. Припомню все его прошлые промахи, пропуски тренировок и т.п.



Ситуация 5.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Скорее всего буду требовать допуск, угрожать.

Б. Скорее всего обращусь к своему тренеру, что бы тот разрешил возникший вопрос сам.

В. Молча уйду.

Г. Постараюсь как можно быстрее сделать всё необходимое, пускай даже сложно это успеть.

Д. Попрошу совета, как и где можно быстро разрешить данную проблему.



Ситуация 6.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Этому спортсмену скажу, что он молодец, сам же пойду к тренеру, буду говорить, что он мне давно обещал эту поездку, при необходимости пригрожу уходом.

Б. Ничего не буду делать, пусть всё так и будет.

В. Попробую переговорить с тренером, если ничего не выйдет, буду продолжать тренироваться

Г. В данной ситуации, скорее всего, поделюсь своими переживаниями с друзьями и близкими, возможно они подскажут, как поступить.

Д. “Наеду” на тренера и на этого спортсмена.



Ситуация 7.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Скорее я попросил бы кого-нибудь другого пойти разобраться.

Б. Спокойно пойду отдыхать и готовиться к встрече.

В. Пойду, переговорю с тренером, он подскажет, что лучше сделать.

Г. Буду требовать справедливости для себя.

Д. Я вообще не пошёл бы узнавать, что случилось, а ждал бы объявления диктора.



Ситуация 8.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Твёрдо и спокойно буду настаивать на несправедливости обвинения одного человека.

Б. Молча выслушаю и буду тренироваться, делая вид, что ничего не произошло.

В. Я всегда найду, кого обвинить в такой ситуации, но только не себя.

Г. Постараюсь обсудить возникшую ситуацию с ребятами и сохранить хорошие отношения с ними.

Д. Найду способ оправдать себя, скажу, что плохо себя чувствовал или что-то в этом роде.



Ситуация 9.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Обвиню Сидорова во всех “смертных грехах”.

Б. Спрошу совета, как поступить у товарища.

В. Отправлю этого спортсмена на поиски Сидорова, посетовав на то, что я не могу пойти в зал раздетым.

Г. Ничего не сделаю, возможно, даже не буду тренироваться.

Д. Спокойно найду Сидорова и заберу форму.



Ситуация 10.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Прежде всего я обвиню тренера в не корректном поведении, ведь я потратил время и деньги.

Б. Пойду разбираться к тренеру, угрожать, требовать справедливости.

В. Развернусь и пойду домой.

Г. Скорее буду настаивать на том, что должен ехать именно я, постараюсь убедить тренера, что я достоин ехать.

Д. Поделюсь своими переживаниями по поводу произошедшего с друзьями или родными.



Ситуация 11.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Предложу совместно переговорить с тренером и организаторами соревнований.

Б. Пойду, сяду на скамейку в зале, а там будь что будет.

В. Буду кричать на товарища, нечего меня обвинять.

Г. Приму обвинения и постараюсь максимально помочь товарищу в разрешении ситуации.

Д. Найду оправдание своему опозданию, и скорее всего, отправлю кого-нибудь договориться с организаторами.



Ситуация 12.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Постараюсь заняться хобби или чем-нибудь ещё, что бы забыть неприятный факт.

Б. Скорее признаю, что есть необходимость тренироваться больше и качественней.

В. Постараюсь найти людей способных оказать влияние на решение тренера.

Г. Разговор с друзьями наиболее хороший выход в данной ситуации.

Д. При первой возможности припомню это тренеру.



Ситуация 13.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Обвиню того, кто об этом мне сообщил в несправедливости и обмане.

Б. Узнаю, когда кто-нибудь к нему пойдёт, и передам с ним большой привет.

В. Узнаю, когда ребята собираются его навестить и пойду с ними.

Г. При первой возможности схожу в больницу.

Д. Ничего не буду делать, подожду, пока поправится.



Ситуация 14.

В ходе или после ситуации Вы будете делать: Отметьте один наиболее вероятный вариант.

А. Эмоционально буду доказывать, что он не прав.

Б. Приму виноватый вид, хотя буду думать, и делать всё по-своему.

В. Спокойно выслушаю, давая выговориться, лишь затем выскажу свою позицию.

Г. Буду молча воспринимать обвинения.

Д. Постараюсь обсудить с ним свои ошибки, узнаю, что ещё могу сделать.

Бланк ответов:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Сумма
Тип А (агрессивное)	В	Д	Г	В	А	Д	Г	В	А	Б	В	Д	А	А	
Тип Б (избегающее)	Б	Г	А	Б	В	Б	Д	Б	Г	В	Б	А	Д	Г	
Тип В (ассертивное)	А	Б	Д	А	Г	В	Б	А	Д	Г	А	Б	Г	В	
Тип Г (манипулятивное)	Д	В	В	Д	Б	А	А	Д	В	А	Д	В	Б	Б	
Тип С (соц. поддержка)	Г	А	Б	Г	Д	Г	В	Г	Б	Д	Г	Г	В	Д	

ОБРАБОТКА ПОЛУЧЕННЫХ ДАННЫХ

Тип А «Агрессивное поведение»: Средний, «нормальный» уровень проявления агрессивного поведения, по методике для спортсменов составляет от 0 до 2,5 баллов, показатель более 2,5 баллов говорит о выраженности данного типа поведения.

Тип Б «Избегающее поведение»: Средний показатель частоты использования данного типа поведения находится в диапазоне от 0,5 до 3,5 баллов, показатель более 3,5 баллов говорит о выраженности данного типа поведения.

Тип В «Ассертивное поведение»: Данный тип поведения является доминирующим, по применению, среди спортсменов, в ходе конфликтов, возникающих в спортивной деятельности, при этом диапазон «нормального» использования данного типа поведения составляет от 3 до 8 баллов.

Тип Г «Манипулятивное поведение»: «нормальный» уровень частоты использования данного типа поведения находится в диапазоне от 0,5 до 3,5 баллов, показатель более 3,5 баллов говорит о выраженности манипулятивного типа поведения.

Тип С «Поведение по поиску социальной поддержки»: Средний показатель частоты использования данного типа поведения находится в диапазоне от 1,5 до 6,5 баллов, показатель более 6,5 баллов говорит о выраженности данного типа поведения у спортсмена.

ЛИТЕРАТУРА

1. Петров, С.И. Валидность и надёжность методики «Конфликтные ситуации в спорте» / С.И. Петров // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 5 (99). – С. 110-114.

2. Петров, С.И. Ассертивное поведение спортсмена как способ реагирования на конфликтную ситуацию / С.И. Петров // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 9 (115). – С. 273-277.

3. Петров, С.И. Агрессивное поведение спортсмена как способ реагирования на конфликтную ситуацию / С.И. Петров // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 5 (123). – С. 245-248.

4. Петров, С.И. Манипулятивное поведение спортсмена как способ реагирования на конфликтную ситуацию / С.И. Петров // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 10 (128). – С. 247-251.

REFERENCES

1. Petrov, S.I. (2013), “Validity and reliability of the technique ‘Conflict situations in sports’”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 99, No. 5, pp. 110-114.

2. Petrov, S.I. (2014), “Sportsman’s Assertive Behavior as a Way of Reaction to Conflict Situation”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 115, No. 9, pp. 273-277.

3. Petrov, S.I. (2015),” Sportsman’s Aggressive Behavior as a Way of Reaction to Conflict Situation”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 123, No. 5, pp. 245-248.

4. Petrov, S.I. (2015), “Sportsman’s Manipulative Behavior as a Way of Reaction to Conflict Situation”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 128, No.10, pp. 247-251.

Контактная информация: sipanp@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 21.03.2017

УДК 376.32:159.9

ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПОДХОД В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НЕЗРЯЧИХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ДЕТЕЙ

***Марина Викторовна Пружинина**, кандидат педагогических наук, доцент, **Константин Николаевич Пружинин**, кандидат педагогических наук, доцент, **Ирина Ивановна Богатова**, старший преподаватель, Иркутский государственный университет (ИГУ), Иркутск*

Аннотация

В статье представлено применение личностно-ориентированного подхода на уроках адаптивной физической культуры с незрячими и слабовидящими детьми 11-12 лет. Проанализированы