

ных источников, пользуясь средствами телекоммуникаций; работа с кейсом приобретает характер учебной игры, в связи с чем у студентов повышается мотивация к учебной деятельности, увеличивается количество тренировочных заданий.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Барахсанова Е.А., Мордовская А.В., Панина С.В., Никифорова М.В. Научно-методическое сопровождение исследований студентов и аспирантов посредством внедрения кейс-технологии: Монография / А.В. Мордовская, Е.А. Барахсанова, С.В. Панина. Якутск: Изд-во ЯГУ, 2009. 158 с.
2. Барахсанова Е.А., Слободчикова А.А. Разработка электронных образовательных ресурсов в преподавании дисциплин ОПД // Новые образовательные технологии в вузе: материалы V Международной научно-практической конференции-выставки. 27-30 октября 2009 г. Ч. 2. Екатеринбург, 2009. С. 399-404.
3. Мордовская А.В., Барахсанова Е.А., Панина С.В. Использование кейс-технологии для повышения качества исследований студентов и аспирантов // Информационная среда вуза XXI века: материалы III Международной научно-практической конференции. 21-25 сентября 2009 г. Петрозаводск, 2009. С. 167-170.
4. Образование и XXI век: Информационные и коммуникационные технологии. М.: Наука, 2005. 191 с.
5. Открытое образование – объективная парадигма XXI века / Под общ. ред. В.П. Тихонова. М.: МЭСИ, 2006. 288 с.
6. Павлючков Г.А. Кейс-стади. Новая активная форма бизнес-образования: Учебное пособие. Кемерово, 1997. С. 37-39.
7. Панина Т.С., Вавилова Л.Н. Современные способы активизации обучения. М.: Изд-во «Академия», 2008. 176 с.
8. Щукин А.Н. Обучение иностранным языкам: Теория и практика: Учеб. пособие для преподавателей и студентов. 3-е изд. М.: Филоматис, 2007. 480 с.

УДК 796.01:159.9

Находкин В.В.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ К IV МЕЖДУНАРОДНЫМ СПОРТИВНЫМ ИГРАМ «ДЕТИ АЗИИ»\*

*Аннотация.* В статье описан опыт организации психолого-педагогического сопровождения подготовки юных спортсменов (1992-93 гг. рождения) к IV Международным спортивным играм «Дети Азии». Психологическая подготовка является составной частью комплексной подготовки к соревнованиям такого масштаба, где деятельность психолога направлена на исследование предсоревновательных психических состояний, психологической готовности юных спортсменов к соревнованиям, представления тренеру необходимой информации, решения разнообразных задач спортивной подготовки, привитие умений и навыков саморегуляции.

*Ключевые слова:* психолого-педагогическое сопровождение, психологическая подготовка, юный спортсмен, спортивные игры, мотивация достижения успеха, социализация личности.

V. Nakhodkin

ORGANIZATION OF PSYCHOLOGI-

CAL-PEDAGOGICAL ACCOMPANIMENT OF PREPARATION OF YONG SPORTSMEN TO THE 4-th INTERNATIONAL SPORTS GAMES «CHILDREN OF ASIA»

*Abstract.* The author opens the experience of organization of psychological-pedagogical accompaniment of preparation of young sportsmen who were born in 1992-1993 to the 4-th international sport games «Children of Asia». Psychological preparation is the compound part of all complex preparation to competitions of such scale where the activity of psychologist is directed: to the research of psychis conditions before competitions, of psychological preparing of young sportsmen to competitions, to presentations to trainers of necessary information, to decision of various tasks of sports preparation, to of skills and habits of self-regulation.

*Key words:* psycho-pedagogical support, psychological training, the young athlete, sports, motivation to achieve success, the socialization of personality.

\* © Находкин В.В.

Многими авторами отмечается недостаток научных исследований в области детско-го спорта, отсутствие общепринятых научно обоснованных нормативных актов о начале занятий спортом детьми, величине нагрузки, количестве рекомендуемых соревнований, травматизме и т. д. [5]. Вместе с тем назревает необходимость проведения мониторинга тренировочной и соревновательной деятельности юных спортсменов от отбора до спортивного совершенствования в течение многолетнего спортивного цикла с целью сопровождения процесса подготовки.

Исследование проводилось среди юных спортсменов сборной команды Республики Саха (Якутия) 1992-93 гг. рождения. Всего в исследовании приняло участие более 300 детей, занимающихся разными видами спорта: легкая атлетика, спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол), настольный теннис, дзюдо, тхэквондо, спортивные танцы, гимнастика (художественная, спортивная), стрельба из лука, пулевая стрельба, бокс, вольная борьба (юноши, девушки), шашки, шахматы, национальные виды спорта (национальные прыжки, перетягивание палки).

Для проведения работы со спортсменами были привлечены 28 психологов республиканского центра психолого-медико-социального сопровождения при МО РС и школ города Якутска. Из них с опытом работы в спорте принимали участие три психолога.

В последнее время учёные занимаются проблемой психологического обеспечения процесса подготовки спортсменов на различных этапах спортивной карьеры (И.П. Волков, Н.Б. Стамбулова, В.Ф. Сопов, В.Г. Сивицкий) [1; 9; 8; 7], психофизиологической подготовки спортсмена, обеспечивающей оптимальную адаптацию к тренировочным и соревновательным нагрузкам, а также адаптацию к социальным условиям спортивной деятельности, что особенно характерно для спортивных игр (А.В. Родионов, В.Ф. Сопов) [6; 8].

Опыт организации психологической подготовки юных спортсменов исследуется со времён III Международных спортивных Игр (далее – МСИ). Во время подготовки к IV МСИ «Дети Азии» мы использовали *этапное и ситуативное* сопровождение, которые являются эффективными формами организации психологической подготовки юного спортсмена [7]. Но при этом необходимо отметить главную трудность – отсутствие квалифицированных психологов в области спорта. С детьми работали школьные и социальные

психологи, преподаватели, которые имеют психологические знания, но недостаточно знают специфику спортивной деятельности. Для психологов, привлеченных к подготовке детей к участию в играх, нами проводились совещания, семинары, научно-практические конференции с участием руководства СДЮ-ШОР МО РС Якутии и приглашением специалистов психологии спорта, обсуждались рабочие моменты организации психологической помощи детям-спортсменам, давались целевые установки во взаимоотношениях «психолог–тренер», «психолог–спортсмен», «психолог–спортивная команда» [4].

Существует два основных подхода к пониманию роли спортивного психолога в команде. Первый – *психологический*; его суть в том, что психолог занимается исследованием спортсменов и предоставляет тренеру необходимую информацию для решения разнообразных задач спортивной подготовки. Второй подход – *психолого-педагогический*, сводящий к минимуму процесс исследования с помощью специальных психологических методик и переносящий основной акцент в сферу воздействия на личность спортсменов. Первый подход получил наиболее полное воплощение в формировании системы комплексного психологического контроля при управлении тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов (Ю.Я. Киселев, А.В. Родионов, Н.А. Худадов и др.) [3].

Психолого-педагогический подход к построению работы психолога в спортивной команде наиболее подробно разработан Г.Д. Горбуновым (1986). Он получил название системы психологического обеспечения спортивной деятельности, которая определяется как «комплекс мероприятий, направленных на специальное развитие, совершенствование и оптимизацию систем психического регулирования функций организма и поведения спортсмена с учетом задач тренировки и соревнования» [2, 19]. Главная идея состоит в перестановке акцентов: переходе от исследования личности спортсмена к воздействию, которое психолог либо осуществляет сам, либо организует с участием тренера и педагогов.

Психологическое сопровождение тесно переплетается с аспектами научно организованного процесса: психолого-физиологического, педагогического, лечебно-восстановительного и др. Эти виды специальной деятельности нацелены на обеспечение приоритета сохранения, восстановления здоровья, психического состоя-

ния спортсмена, успешности, стабильности, надёжности и результативности выступлений на соревнованиях. Целью психологического сопровождения является обеспечение благоприятного нервно-психического (оптимального боевого) состояния, успешности выступлений и динамики восстановительных процессов спортсмена.

Психолого-педагогическое сопровождение в детском спорте решает следующие задачи: 1) спортивной профориентации (психологический отбор будущих чемпионов в конкретных видах спорта); 2) психолого-педагогической поддержки в спортивной деятельности, 3) предсоревновательной подготовки (снятие фобий, повышение мотивации, психорегуляции, разработки стратегии поведения во время соревнований и введение спортсмена в оптимальное боевое состояние), 4) постсоревновательного психического восстановления, реабилитации и т. д.; 5) развития благоприятных взаимоотношений в системе «тренер–спортсмен», «спортсмен – спортсмен»; 6) разрешения различных кризисных ситуаций.

Организация психолого-педагогического сопровождения подготовки юных спортсменов к Международным играм «Дети Азии» проводилась в два этапа. Задачи *первого этапа* (октябрь–декабрь 2007 г.): 1) установление контакта со спортсменами; 2) выявление психологической установки и направленности личности; 3) изучение механизма формирования внутригрупповых феноменов (чувств, установок, традиций и т. д.); 4) разработка методов управления с целью создания благоприятного психологического климата в спортивных командах; 5) отслеживание закономерностей межличностного общения в спортивных командах, разработка критериев психологической совместимости спортсменов; 6) выявление социально-психологических мотивов поведения и деятельности спортсменов; 7) определение роли личности тренера и влияние его стиля руководства на психологический климат в команде, разработка методов укрепления авторитета тренера или капитана команды; 8) изучение влияния спортивной деятельности на психику спортсмена; 9) разработка психологических условий для повышения эффективности спортивной тренировки; 10) обработка и анализ данных.

*Второй этап* охватывает период с января по март 2008 г. Его задачи: 1) изучение закономерностей функционирования психики в условиях соревнований и разработка ме-

тодов повышения устойчивости и надёжности соревновательной деятельности; 2) исследование психических состояний в предсоревновательных и соревновательных условиях; 3) разработка методов купирования неблагоприятных психических состояний; 4) создание положительного эмоционального фона, способствующего повышению активности на тренировочных занятиях.

Общая психологическая подготовка включала следующие направления: 1) морально-волевую подготовку; 2) совершенствование интеллектуальных качеств; 3) повышение помехоустойчивости; 4) обучение настройке на выполнение упражнения, самоконтроль и самооценку двигательных действий; 5) обучение приёмам саморегуляции психических состояний и другие.

Обеспечение психологической подготовки нами реализовывалось в комплексе взаимосвязанных воздействий на спортсменов и команд. Деятельность психолога в процессе психологической подготовки заключалась в *разработке индивидуальной программы воздействия; в управлении психическим состоянием спортсмена в соревнованиях; в снятии негативных психоэмоциональных состояний, отрицательно влияющих на ход соревновательного процесса.*

В начале соревновательного цикла проводилось изучение потенциальных возможностей юного спортсмена, доминирующих психических состояний и устойчивых предпочтений как в соревновательной деятельности, так и поведения в целом. Оценивались индивидуальные особенности нервной деятельности – психомоторной сферы, уровень владения средствами психорегуляции, степень развития свойств характера, в частности мотивации и волевой сферы и т. д. Полученные данные используются для определения степени восстановления после предыдущего цикла, индивидуального стиля тренировочной и соревновательной деятельности, оптимального режима и направлений дальнейшей работы по психологической подготовке. Главная задача этой работы – выявить индивидуальные психологические особенности юного спортсмена для определения сильных и слабых сторон подготовленности.

Для коррекции психологической подготовки юного спортсмена создаются целевые задания – например, в идеомоторной тренировке: вечерний анализ событий дня, форма приветствия и т. д. Воздействие на личность спортсмена может быть направлено *на релак-*

сацию, на коррекцию, на мобилизацию, на развитие психических качеств, на развитие эмоциональной сферы, на управление мотивацией и т. п.

На этапе разработки индивидуальной программы воздействия психолог разрабатывает конкретные задания и упражнения для развития необходимых психических качеств и передает их тренеру для включения в общий план тренировок. Цель этого этапа – постановка дальних и ближних целей соревновательного цикла и создание индивидуального плана психологической подготовки юных спортсменов.

Для организации психологической подготовки юных спортсменов к МСИ «Дети Азии» нами была разработана *рабочая тетрадь психолога*, которая состоит из следующих разделов: 1) краткий словарь терминов, используемых в психологии спорта; 2) сводная таблица состава сборной команды (год рождения, тренер, откуда прибыл, график соревнований, комната, примечание); 3) сводная таблица результатов проведенной психодиагностики; 4) задание, замечание тренера; 5) индивидуальная карта спортсмена (ФИО, дата рождения, разряд, ФИО тренера, личностные особенности спортсмена); 6) результаты по проведенным методикам: шкалы тревоги, мотивация достижения успеха, общего психоэмоционального состояния, волевых проявлений, оценки психической надежности; 7) индивидуальная работа со спортсменом и командой по коррекции неблагоприятного психоэмоционального состояния (устранение стресс-факторов), психорегуляции предстартовых психических состояний, создания оптимального боевого состояния), обучение навыкам идеомоторной тренировки, контроль за выполнением заданий психолога; 8) рекомендации психолога; 9) групповые занятия (дата, группа, темы, количество часов, количество человек, примечание); 10) сводные данные результатов изучения спортсменов по проведенным методикам психодиагностики: Н.Н. Обозова «Самооценка силы воли, терпеливости, упорства, настойчивости»; Ч.Д. Спилбергера «Самооценка состояния тревоги»; В.Ф. Сопова «Шкала мотивационного состояния»; Б.Н. Смирнова «Психологический анализ развития волевых качеств»; В.Э. Мильмана «Оценка психической надежности» и другим.

Основная деятельность психолога направлена на снятие чрезмерной физической и психической напряженности в подготовительном этапе к Играм и во время соревнова-

ний между выступлениями, на организацию досуга юных спортсменов в часы отдыха. Она сопровождалась специальными элементами психотренинга по самовоспитанию *положительной мотивации достижения успеха и волевых проявлений*. В качестве примера приводятся интересные книги, конкретные факты из жизни замечательных людей, их высказывания.

Психологическая работа с юными спортсменами строилась на основных принципах самовоспитания воли: научить владеть собой, делать то, что нужно, а не то, что хочется («В жизни гораздо больше *сдавшихся, чем проигравших*» – из энциклопедии спортивного психолога); совершенствоваться всегда и во всем, делать все и всегда наилучшим образом, предвидеть результаты и последствия своих действий; всегда искать причины несовершенства своей деятельности (ошибок, неудач, срывов и т. п.) прежде всего в себе самом, а не в сложившихся обстоятельствах, быть строгим судьей для самого себя. Для формирования самоконтроля за воспитанием воли и саморегуляции поведения юного спортсмена во время учебно-тренировочного процесса в подготовительном цикле эффективным является введение *раздела психологической подготовки* в основной тренировочный дневник заданий.

Однако эффективным воспитание собственной воли становится при оказании юному спортсмену конкретной помощи и моральной поддержки со стороны тренера. Наиболее важным и сложным является этап самопознания для определения целей самовоспитания: *изучения особенностей проявления воли, обнаружения в ней сильных и слабых сторон, составления характеристик спортсмена*. Особое внимание в подготовительном цикле во время учебно-тренировочных сборов, а также в составлении программ самовоспитания воли, в определении средств, методов, приёмов выполнения намеченной программы уделялось самостоятельным действиям и контролю за полученными результатами: самоаргументирование, самомотивирование, самопринуждение. Рекомендации для тренеров строились на основе данных объективных психодиагностических обследований.

Психологическое сопровождение – это комплексная система воздействия на юного спортсмена, направленная на специальное



развитие, совершенствование психических качеств и черт личности для достижения высоких спортивных результатов в избранном виде спорта с учётом задач тренировочной и соревновательной деятельности.

В подготовке к соревновательной деятельности юный спортсмен может более полно реализовать накопленный в тренировках потенциал, увеличить надёжность и стабильность выступлений на соревнованиях (уменьшить количество «неожиданных неудач»), расширить репертуар приёмов подготовки к старту, гармонично развиваться как личность, повышать психологическую культуру при условии эффективно налаженной работы в психолого-педагогической системе «юный спортсмен – психолог – тренер».

Разработанный нами инструментарий полезен для спортивных психологов, так как даёт возможность отслеживать динамику состояния юного спортсмена на различных этапах соревновательной деятельности и развивает уровень саморегуляции, личностного роста, коррекции неблагоприятных форм поведения, социализации личности юного спортсмена.

Мониторинг комплексной подготовки юных спортсменов на примере МСИ «Дети Азии» со временем может внести достойный вклад в развитие спортивной науки. Проведение игр в будущем может стать постоянно действующим фактором развития как детско-юношеского спорта, так и олимпийского движения в целом.

УДК 374.1

*Насс О.В.*

## ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПЕДАГОГОВ В СОЗДАНИИ КОМПЬЮТЕРНЫХ СРЕДСТВ\*

*Аннотация.* В статье показаны основные ступени технологии формирования компетентности педагогов в создании компьютерных средств. Формирование компетентности достигается использованием двух целей подготовки и ключевыми компетентностями в качестве инструментария формирования компетентности. Проектируемая технология включает в себя девять основных ступеней формирования компетентности,

\* © Насс О.В.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Волков И.П. Очерки спортивной акмеологии / И.П. Волков. СПб.: БПА, 1998. 126 с.
2. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. М.: Физкультура и спорт, 1986. 208 с.
3. Киселев Ю.Я. Психологическая подготовка борца к соревнованиям / Ю.Я.Киселев, Л.Н. Радченко // В кн.: Психологическая подготовка спортсменов различных видов спорта к соревнованиям // Под ред. П.А. Рудика, А.Ц. Пуни, Н.А. Худадова. М.: Физкультура и спорт, 1968. С.144-150.
4. Находкин В.В. Нравственно-волевое развитие подростков в процессе физкультурно-спортивной деятельности: монография / В.В. Находкин. М.: Изд-во МГОУ, 2007. 110с.
5. Николаев М.Е. Обращение к участникам конференции / М.Е. Николаев // Физическая культура и детско-юношеский спорт в современных условиях: идея, духовность, воспитание: Материалы II Международной научно-практической конференции. Якутск: Бичик, 2008. 320 с.
6. Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В.Родионов. М.: Физкультура и спорт, 1983. 112 с.
7. Сивицкий В.Г. Особенности психологического сопровождения в детско-юношеском спорте / В.Г.Сивицкий // Физическая культура и детско-юношеский спорт в современных условиях: идея, духовность, воспитание: Сб. II Международной научно-практической конференции. Якутск, 2008. С.155-158.
8. Сопов В.Ф. Психические состояния в напряжённой профессиональной деятельности / В.Ф. Сопов. М.: Академический Проект, 2005. 126 с.
9. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры: учебн. пособие для вузов / Н.Б. Стамбулова. СПб.: Центр карьеры, 1999. 368 с.

которые можно условно определить как: 1) вовлечение педагогов в обучение в области создания компьютерных средств; 2) обучение педагогов в данной области; 3) формирование их компетентности в создании компьютерных средств. Исходя из этого были определены особенности методики и методические приёмы каждого этапа.

*Ключевые слова:* педагогическая технология, компьютерные средства, методические приёмы, компетентность педагога.