

ФГБОУ Владимирский государственный  
университет им. А.Г. и Н.Г. Столетовых

МБУДО «Спортивная школа»  
Кольчугинского района Владимирской  
области

**Психологическое сопровождение и поддержка  
обучающихся отделения баскетбола и  
зимних видов спорта (биатлон)  
на разных этапах соревновательной деятельности**

26.09.2024 г.

РЕАЛИЗАЦИЯ  
ПЛАНА  
МЕРОПРИЯТИЙ  
2023-2024 гг.

I	Индивидуальные психологические консультации	3
II	Практические и лекционные обучающие занятия	6
III	Тренинговые программы	9
IV	Беседа с родителями спортсменов	10
V	Наблюдение за игрой во время соревновательного процесса	12

С 10.11.2023 г. на базе МБУДО «Спортивная школа» Кольчугинского района Владимирской области ведется работа в соответствии с договором о сотрудничестве по теме «Психологическое сопровождение и поддержка обучающихся отделения баскетбола и зимних видов спорта (биатлон) на разных этапах соревновательной деятельности».

На кафедре «Психологии личности и специальной педагогики» Гуманитарного института ВлГУ был организован научный коллектив из преподавателей-психологов.



## НОЯБРЬ 2023 Г.

18.11.23 г. была проведена первичная диагностика психологических и психофизиологических особенностей обучающихся отделения баскетбола и зимних видов спорта (биатлон) с использованием таких тестов и опросников, как:

- Исследование волевой организации личности А.А. Хохлов
- Тест мотивации достижения, ТМД А. Мехрабиан
- Опросник В.Э. Мильмана. Измерение ЭУ и ее компонентов.
- Способы преодоления негативных ситуаций С.С. Гончарова
- Самооценка стрессоустойчивости Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова
- Способы преодоления негативных ситуаций С.С. Гончарова
- Тест антиципационной состоятельности, ТАС/ПК В. Д. Менделевич
- Определение индекса групповой сплоченности Сишора
- Профиль самовосприятия для подростков Хартер
- Методика изучения доминирующих качеств и некоторых формально-динамических особенностей соревновательного эмоционального поведения
- Простая зрительно-моторная реакция (ПЗМР): определение скорости зрительно-моторной реакции на предъявляемый стимул
- Реакция на движущийся объект (РДО): измерение степени сбалансированности процессов возбуждения и торможения
- Экспресс-методика «Теппинг-тест»: определение темпа и устойчивости моторного действия
- «Таблицы Шульте»
- Методика «Социометрия» Дж.Морено



## ДЕКАБРЬ 2023 г.

### Индивидуальные психологические консультации



В очном формате были проведены индивидуальные психологические консультации с обучающимися двух спортивных отделений.



### Тренинговые программы на тему «Командообразование» для спортсменов отделений баскетбола и биатлона



Цель тренинга - получение позитивных навыков взаимодействия в команде, ориентация на командную цель, улучшение взаимоотношений, улучшение коммуникации внутри команды, осознание значимости командной работы для повышения эффективности работы.

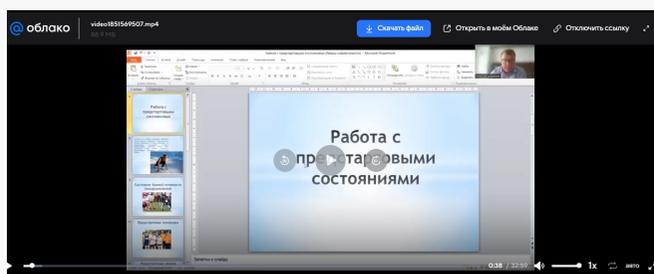
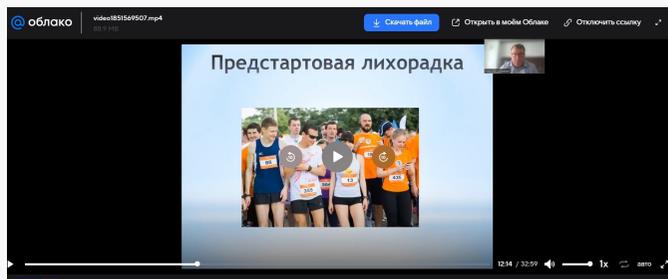
## ЯНВАРЬ – ФЕВРАЛЬ 2024 г.

18.01.24 г. и 25.02.24 г. спортсмены в сопровождении тренеров были приглашены в 3 корпус ВлГУ для проведения арт-терапевтических занятий, направленных на работу с эмоциональными состояниями с использованием ресурсных практик, были проведены индивидуальные психологические консультации.

Со спортсменами-баскетболистами проведена диагностика особенностей мотивационной сферы.



## ФЕВРАЛЬ 2024 г.



В феврале 2024 года была проведена серия мероприятий с обучающимися отделения баскетбола и зимних видов спорта (биатлон):

- Индивидуальные психологические онлайн-консультации;
- По запросу проведена беседа с родителями спортсменов с разъяснениями ситуации с детьми.

## МАРТ 2024 г.



- 17.03.2024 г. – групповая работа «Мобилизационные техники» со спортсменами-биатлонистами.
- 21.03.2024 г. – выезд на игру баскетболистов в п. Покровское (Н.В. и Д.О.)
- 29.03.2024 г. – анализ игры команды баскетболистов на соревнованиях,
- 29.03.2024 г. групповая работа «Мобилизационные техники» со спортсменами-баскетболистами

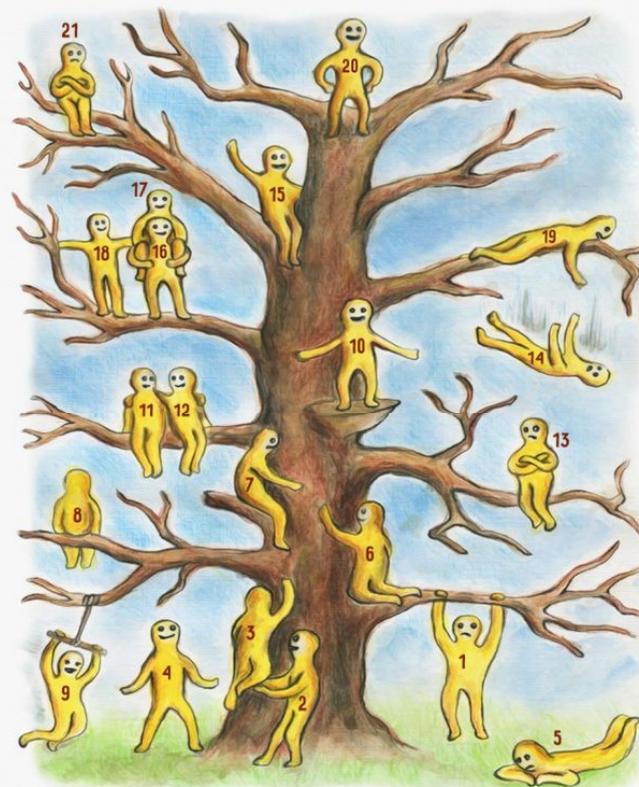
## МАЙ 2024 г.

21.05.24 г.

Спортсмены-биатлонисты  
были приглашены в ВлГУ для  
прохождения вторичной  
психологической  
диагностики.

22.05.24 г.

Спортсмены-баскетболисты  
были приглашены в ВлГУ для  
прохождения вторичной  
психологической  
диагностики.



ИЮЛЬ 2024 г.

29.07.24 г. Тренинг «Совладающее поведение» для спортсменов-биатлонистов.

Цель тренинга - повышение самооценки, снижение уровня личностной тревожности, усиление чувства уверенности в себе; отработка приемов уверенного поведения в различных ситуациях без употребления словесной, физической, предметной агрессии.



## АВГУСТ 2024 г.



13.08.24 г. Мотивационный тренинг для спортсменов-баскетболистов на территории лагеря «Дубки»

Цель – развитие межличностного и спортивного поведения, усиление и закрепление общего командного духа, принятие особенностей друг друга, сплочение коллектива, получение навыков совместной работы и обучение приемам выработки общей стратегии.



15.08.24 г. Мотивационный тренинг для спортсменов-биатлонистов на территории стадиона «Кабельщик»

Цель – развитие идентификации причин признания и поощрения, закрепление принципов уверенного поведения, развитие навыков самоанализа собственных слов, действий, поступков и сложных спортивных ситуациях.

# Оценка волевой организации спортсменов-баскетболистов

Исследования волевой организации личности (Хохлов)							
НУ 0-8, СУ 9-16, ВУ 17-24						0-16 -дост, 17-24-недост	НУ 0-48, СУ 49-96, ВС-97-144
Ценностно-смысловая организация личности	Организация деятельности	Решительность	Настойчивость	Самообладание	Самостоятельность	Показатель лжи	Общий показатель, характеризующий волевою организацию личности
низкий 5	средний 9	низкий 8	средний 11	низкий 3	средний 10	достоверно 9	НУ 46
высокий 20	средний 13	средний 15	высокий 20	средний 14	средний 13	достоверно 11	СУ 95
21	средний 13	высокий 19	высокий 17	средний 15	средний 13	достоверно 15	ВУ 98
средний 16	средний 15	средний 15	высокий 18	средний 10	средний 15	достоверно 16	СУ 88
высокий 19	средний 11	высокий 17	высокий 20	средний 12	средний 14	достоверно 12	СУ 93
высокий 18	средний 16	высокий 17	высокий 17	высокий 22	средний 15	недостоверно 17	ВУ 105
высокий 21	средний 15	средний 10	высокий 20	высокий 19	средний 15	достоверно 8	ВУ 100
высокий 17	средний 9	средний 15	высокий 19	высокий 20	средний 13	достоверно 13	ВУ 97
высокий 17	средний 12	средний 16	высокий 19	высокий 20	средний 12	недостоверно 17	СУ 96
высокий 17	средний 16	высокий 17	средний 16	высокий 17	средний 15	достоверно 13	ВУ 98
средний 13	низкий 8	средний 10	высокий 21	высокий 18	средний 11	достоверно 10	СУ 81
средний 13	средний 16	средний 16	высокий 23	высокий 17	высокий 18	достоверно 14	ВУ 103
высокий 17	средний 10	средний 13	средний 12	средний 16	средний 12	достоверно 10	СУ 80
средний 12	средний 9	средний 13	средний 14	средний 12	низкий 8	достоверно 9	СУ 68
средний 12	средний 16	средний 16	высокий 17	высокий 20	высокий 18	достоверно 15	ВУ 99

Исследования волевой организации личности (Хохлов)							
НУ 0-8, СУ 9-16, ВУ 17-24						0-16 -дост, 17-24-недост	НУ 0-48, СУ 49-96, ВС-97-144
Ценностно-смысловая организация личности	Организация деятельности	Решительность	Настойчивость	Самообладание	Самостоятельность	Показатель лжи	Общий показатель, характеризующий волевою организацию личности
средний 15	средний 16	высокий 19	средний 14	высокий 20	средний 12	достоверно 13	СУ 96
высокий 17	средний 16	высокий 20	высокий 21	высокий 18	средний 12	недостоверно 19	ВУ 104
высокий 17	средний 13	средний 16	высокий 18	средний 15	средний 11	достоверно 15	СУ 90
высокий 24	высокий 17	высокий 17	средний 16	средний 11	средний 15	достоверно 14	СУ 100
средний 15	средний 16	высокий 19	высокий 20	средний 14	средний 15	достоверно 15	ВУ 99
высокий 18	средний 16	высокий 17	высокий 17	высокий 22	средний 15	недостоверно 17	ВУ 105
средний 13	средний 13	высокий 17	высокий 20	средний 16	средний 12	достоверно 13	СУ 91
высокий 17	средний 9	средний 15	высокий 19	высокий 20	средний 13	достоверно 13	ВУ 97
высокий 17	средний 12	средний 16	высокий 19	высокий 20	средний 12	недостоверно 17	СУ 96
высокий 17	средний 16	высокий 17	средний 16	высокий 17	средний 15	достоверно 13	ВУ 98
средний 13	низкий 8	средний 10	высокий 21	высокий 18	средний 11	достоверно 10	СУ 81
средний 13	средний 16	средний 16	высокий 23	высокий 17	высокий 18	достоверно 14	ВУ 103
высокий 17	высокий 17	высокий 19	высокий 18	высокий 18	средний 15	достоверно 15	ВУ 104
средний 12	средний 9	средний 13	средний 14	средний 12	низкий 8	достоверно 9	СУ 68
средний 12	средний 16	средний 16	высокий 17	высокий 20	высокий 18	достоверно 15	ВУ 99

## Оценка антиципации у спортсменов-баскетболистов

Антиципационная состоятельность	Личностно- ситуативная	Пространстве нная	Временная
ВУ 261	ВУ 178	49	34
ВУ 276	ВУ 178	ВУ 55	ВУ 43
ВУ 272	ВУ 173	ВУ 54	ВУ 45
ВУ 272	ВУ 177	ВУ 56	39
ВУ 246	ВУ 166	49	31
ВУ 286	ВУ 180	ВУ 60	ВУ 46
ВУ 255	163	ВУ 54	38
ВУ 307	ВУ 199	ВУ 61	ВУ 47
ВУ 271	ВУ 177	ВУ 52	ВУ 42
ВУ 286	ВУ 180	ВУ 57	ВУ 49
ВУ 274	ВУ 180	ВУ 54	40
ВУ 266	ВУ 181	49	36
ВУ 261	ВУ 167	ВУ 58	36
ВУ 262	ВУ 182	42	38
ВУ 259	160	ВУ 56	ВУ 43

Антиципационная состоятельность	Личностно- ситуативная	Пространстве нная	Временная
ВУ 241	ВУ 160	42	39
ВУ 296	ВУ 186	ВУ 63	ВУ 47
ВУ 243	НУ 158	НУ 42	ВУ 43
ВУ 268	ВУ 169	ВУ 55	ВУ 44
ВУ 252	163	46	43
ВУ 286	ВУ 180	ВУ 60	ВУ 46
ВУ 248	161	ВУ 52	35
ВУ 307	ВУ 199	ВУ 61	ВУ 47
ВУ 271	ВУ 177	ВУ 52	ВУ 42
ВУ 286	ВУ 180	ВУ 57	ВУ 49
ВУ 274	ВУ 180	ВУ 54	40
ВУ 266	ВУ 181	49	36
ВУ 270	ВУ 172	ВУ 57	41
ВУ 262	ВУ 182	42	38
ВУ 259	160	ВУ 56	ВУ 43

## Оценка эмоциональной устойчивости и её компонентов у спортсменов-биатлонистов

Опросник В.Э. Мильмана. Измерение ЭУ и ее компонентов.

Эмоциональная устойчивость	Соревновательная эмоциональная саморегуляция	Соревновательная мотивация
-5	-3	0
-3	-2	-2
5	-3	2
-8	-2	2
-9	-6	-1
-4	-2	2
-2	-1	0
-11	-2	5
-5	1	-1
-1	-3	1
-7	-2	-1
-5	1	5

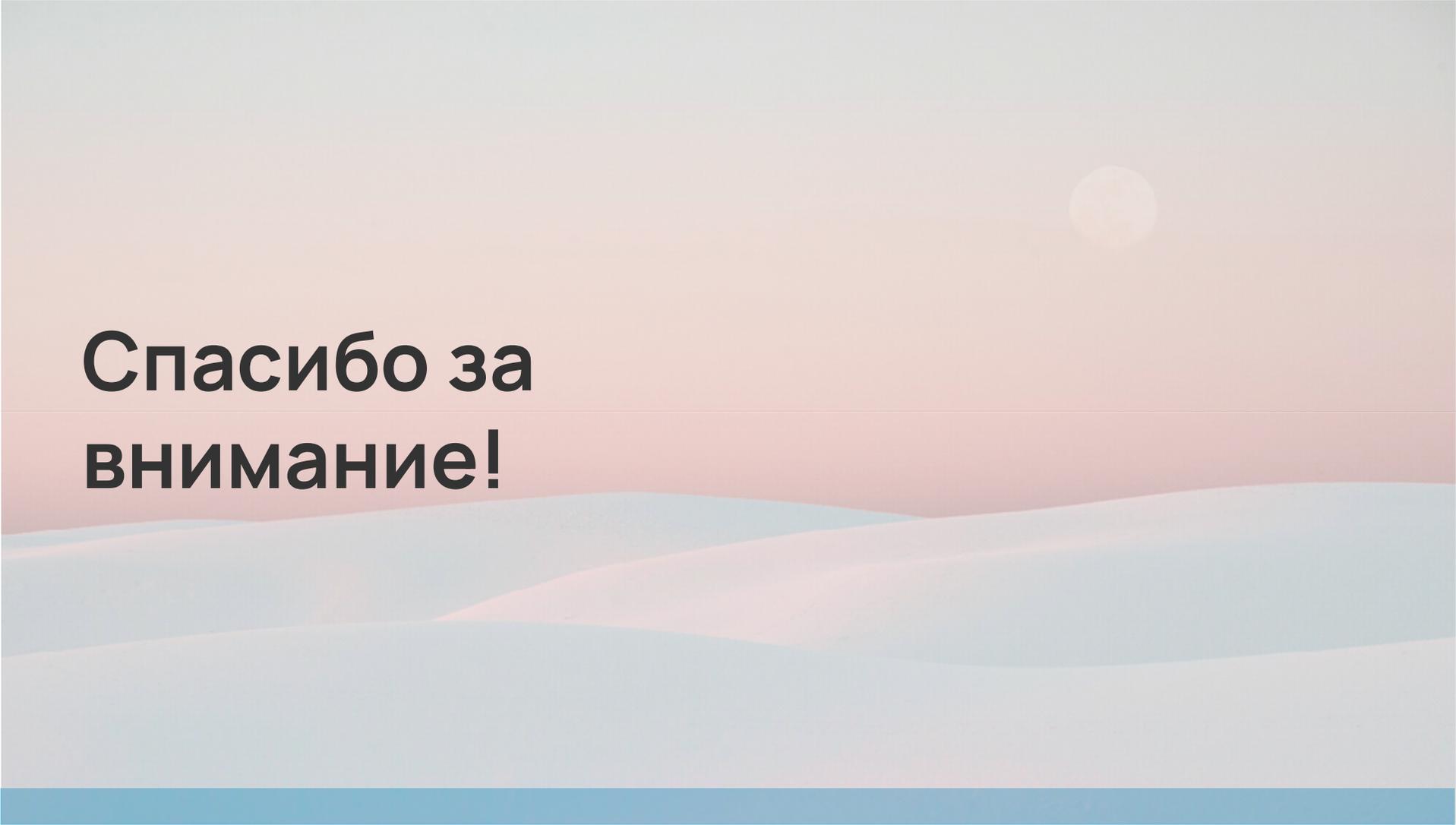
Опросник В.Э. Мильмана. Измерение ЭУ и ее компонентов.

Эмоциональная устойчивость	Соревновательная эмоциональная саморегуляция	Соревновательная мотивация
-9	-5	-3
-6	0	-3
3	-3	0
-8	-2	2
-9	-6	-1
-6	-5	0
-2	-1	0
-6	-3	1
1	-1	-2
3	-1	0
-6	-1	1
-10	2	1

## Оценка волевой организации спортсменов-биатлонистов

Ценностно - смысловая организация личности	Организация деятельности	Решительность	Настойчивость	Самообладание	Самостоятельность	Показатель лжи	Общий показатель, характеризующий волевою организацию личности
5	14	11	13	16	13	8	72 СУ
9	14	19	21	16	16	16	95 СУ
18	18	24	22	18	13	13	113 ВУ
15	11	14	19	8	12	9	79 СУ
13	11	9	8	10	11	6	62 СУ
14	21	14	21	14	17	13	101 ВУ
13	12	16	15	18	14	10	88 СУ
19	13	10	16	11	12	10	81 СУ
17	12	16	8	12	17	12	82 СУ
13	16	16	16	14	18	12	93 СУ
18	21	23	22	19	18	20	121 ВУ
14	15	13	19	9	15	14	85 СУ
12	17	12	15	13	18	9	87 СУ

Ценностно - смысловая организация личности	Организация деятельности	Решительность	Настойчивость	Самообладание	Самостоятельность	Показатель лжи	Общий показатель, характеризующий волевою организацию личности
7	6	4	8	8	6	5	39 НУ
15	14	21	17	16	20	15	103 ВУ
16	13	22	20	19	13	11	103 ВУ
15	11	24	19	8	12	8	79 СУ
13	11	24	8	10	11	8	62 СУ
16	14	7	18	11	13	10	78 СУ
13	12	24	15	14	14	8	88 СУ
19	13	24	16	14	12	8	81 СУ
16	14	10	10	11	18	12	79 СУ
12	12	9	9	9	3	12	54 СУ
18	12	23	21	19	18	13	111 ВУ
20	15	17	20	15	14	11	101 ВУ
12	12	9	9	9	3	12	54 СУ



**Спасибо за  
внимание!**