

---

## **Психологическое сопровождение спортсменов с особыми образовательными потребностями во время участия на соревнованиях по спортивным бальным танцам**

*Быстрова Юлия Александровна,  
доктор психологических наук, доцент,  
ведущий научный сотрудник Института  
проблем инклюзивного образования ФГБОУ  
ВО МГППУ, Москва, Россия*

---

*Лapp Елена Александровна,  
кандидат педагогических наук, доцент  
ФГБОУ ВО «Волгоградский Государственный  
социально-педагогический университет»,  
Волгоград, Российская федерация*

---

*Аннотация: в настоящей статье рассматриваются трудности, с которыми сталкиваются спортсмены с особыми образовательными потребностями (ООП), особенности их психологического сопровождения и консультирования, уточнено понятие психологической готовности к соревнованиям, предложены критерии оценки психологической готовности спортсменов к ответственным соревнованиям.*

*Ключевые слова: психологическое сопровождение, готовность спортивной танцевальной пары, спортсмены, ООП, бальные танцы, стрессоустойчивость.*

## **PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR ATHLETES WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS DURING PARTICIPATION IN BALLROOM DANCING COMPETITIONS**

*Yulia Alexandrovna Bystrova,  
Doctor of Psychology, Associate Professor,  
Leading Researcher Institute of Problems of Institute  
of Problems of Inclusive Education, FSBEI HE MSUPE,  
Moscow, Russia Bystrova*

---

*Lapp Elena Alexandrovna, Candidate of Pedagogical  
Sciences, Associate Professor FGBOU VO  
Volgograd State Socio-Pedagogical University,  
Volgograd, Russian Federation*

---

*Annation: this article discusses the difficulties faced by athletes with special educational needs (SEN), the features of their psychological support and counseling, the concept of psychological readiness for competitions is clarified, criteria for assessing the psychological readiness of athletes for important competitions are proposed.*

*Key words: psychological support, readiness of a sports dance couple, athletes, PLO, ballroom dancing, stress tolerance.*

Современный спорт считается уникальным социальным институтом развития. Общеизвестно связывать спорт с соперничеством, состязательностью, под которыми понимается борьба между людьми, между человеком и природными явлениями или человека с самим собой. Ключевым в определении понятия является и то, что спорт выступает как средство и форма выявления социального признания высших психических и духовных способностей индивида и команды [4; 5]. Особенно важным такое признание становится для людей с ООП, оно помогает им поверить в себя и успешно социализироваться в обществе.

Спортивные бальные танцы помогают спортсменам с ООП получать социальные навыки группового взаимодействия, т.к. являются исключительно парным видом спорта, в котором важны не только активность и техника танцевания, но и психологическая связь партнера и партнерши [1; 5].

Целью каждого спортсмена является достижение максимального для него результата. Целью психологического консультирования является формирование психологической готовности спортивной пары с ООП к участию в соревнованиях различного уровня сложности и значимо-

сти в спортивной карьере [2; 7].

Формирование готовности спортсмена с ООП происходит при погружении и включенности психолога в процессы переживания, доверия, присутствия, рефлексирования, осознанности и ответственности по отношению к спортсмену, к осуществляемому процессу: тренировки, выступления, соревнования, а также взаимодействия спортсменов в паре [1; 2; 3; 10].

В нашем исследовании мы определяем психологическую готовность спортсменов с ООП как наличие психических ресурсов для успешного преодоления ситуации выступления танцевальной пары на ответственных соревнованиях. К таким ресурсам относятся собственный индивидуальный образовательный маршрут (ИОМ), определенные мотивы достижения успеха и избегания неудач, готовность к риску, стрессоустойчивость, уровень взаимодоверия внутри танцевальной пары, удовлетворенность тренировками и уверенность в своей физической и спортивной подготовке. Психологическая готовность спортсменов с ООП зависит от их личностных качеств, формируется в ходе тренировок и соревнований, а также в результате целенаправленного воздействия психолога в процессе консультирования [2; 6; 8; 9].

Степень психологической готовности спортсменов к ответственным соревнованиям мы предполагаем оценивать в нашем исследовании по следующим критериям:

Критерий соотношения мотивов избегания неудач и достижения успеха. Существуют две важные составляющие мотивации — мотивация успеха и мотивация боязни неудачи [3].

Мотивация успеха/достижение успеха – показывает психологическое состояние спортсмена, отражающее: сосредоточенность, боевую готовность, повышенную тревожность, беспокойство, депрессию, чрезмерную расслабленность, несобранность, что непосредственно отражается на достижении успеха в соревнованиях [3]. Инициативность и предприимчивость спортсменов с ООП зависит от потребности в достижении успеха.

Любой опыт, испещренный ошибками и болью, ожиданием неприятных последствий, является мотивацией боязни неудачи. Спортсмен на стадии выступления прогнозирует свой провал и думает, как его избежать. Страх сковывает его и не дает сосредоточиться на мотивации успеха. Диагностику психологической готовности по данному критерию предлагается определять по методикам Т. Элерса «Методика диагностики мотивации избегания неудач» и «Методика диагностика мотивации к успеху». Соотношение данных мотивов определяет поведение человека при встрече с препятствиями к достижению цели.

В исследовании принимало участие 20 спортсменов, из них: 10 спортсменов контрольной группы (норма) и 10 спортсменов экспериментальной группы (спортсмены с ООП).

Полученный результат по диагностике нашего исследования по мотивации достижения успеха представлены в таблице 1 нашего исследования.

### Результаты исследования мотивации достижения успеха по методике Т. Элерса

Группа	Кол-во спортсменов	ВЫСОКИЙ		СРЕДНИЙ		НИЗКИЙ	
		Кол-во спортсменов	%	Кол-во спортсменов	%	Кол-во спортсменов	%
норма	10	6	60	2	20	2	20
ООП	10	4	40	3	30	3	30

Данные нашего исследования показывают, что у контрольной группы 60% (6 спортсменов) просматривается преобладание высокого уровня выраженности критерия в мотивации достижения успеха, а в экспериментальной всего 40% (из 4 спортсменов), что говорит о сильной мотивации спортсменов не смотря на сложность поставленной задачи, а значит эффективности их работы.

Мотивация достижения успеха тесно связана с уровнем самооценки волевых качеств спортсмена и оказывает влияние на процесс принятия решения.

В связи с чем, низкий уровень мотивации спортсменов КГ – 20% (2 спортсмена) и ЭГ –

30% (3 спортсмена) позволяют сделать вывод, что спортсмены с низким уровнем мотивации испытывают страх перед неудачным выступлением в ответственных соревнованиях, считая себя неудачником в глазах тренера и других спортсменов по клубу.

Дальнейшими направлениями нашего исследования будет психологическое сопровождение спортсменов с ООП и исследование еще их готовности к ответственным соревнованиям еще по трем критериям:

1. Уровень готовности к риску. Анализ направлен на ситуации, являющиеся потенциально рискованными, приводящие спортсмена к необходимости совершать рискованные действия. Диагностику уровня личностной готовности к риску рекомендуется оценить по методике «PSK» ШУБЕРТА. В данной методике риск понимается, как действие наудачу в надежде на счастливый исход или возможная опасность, как действие, совершаемое в условиях неопределенности [3].

2. Доверие к партнеру. Показателями критерия служит согласованность действий спортсменов танцевальной пары, помогающая стимулировать друг друга на достижение успеха. Высокий уровень тревожности и недоверия имеет отрицательную связь с принятием партнера [3]. Чем выше тревожность, тем ниже чувство взаимной ответственности и вера в способность контролировать поведение других людей. Существует определенное сочетание индивидуально психологических свойств личности, которое можно продиагностировать по МПДО А. Е. Личко.

3. Стрессоустойчивость. Успешное выступление спортсменов на соревнованиях очень часто зависит в каком психическом состоянии он находится. Во всех видах спорта сезон включает в себя три-четыре выступления, а все остальное время идет подготовка. В спортивных бальных танцах турнирные соревнования доходят до частоты два раза в неделю (пять дней тренировки, два дня соревнования), в связи с чем в данном виде спорта, необходим другой подход к выступлениям [1; 3]. У спортсменов данного вида спорта практически нет выходных, что сильно сказывается не только на физическом «истощении» спортсмена, но и сильно влияет на психофизиологическую функцию и нервно-психическое состояние в целом спортивной пары.

Оптимальным выбором на диагностическом этапе с целью выявления спортсменов с низким уровнем стрессоустойчивости рекомендуется использовать следующие психодиагностические методики: тест самооценки стрессоустойчивости С.Коухена и Г.Виллиансона, методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (адаптированный вариант методики Н.С. Эндлера, Д.А. Паркера), опросник «Шкала самооценки предстартовой тревоги» (разработан Ч.Д. Спил-бергером, адаптирован Ю.Л. Ханиным), методика «Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверьков и Е.В. Эйдман). Данный выбор диагностики обусловлен известностью и давно применяется в экспериментальной и прикладной психологии [3].

Таким образом, проведенный анализ критериев психологической готовности спортсменов к ответственным соревнованиям позволил создать собственный инструментарий для оценки психологической готовности спортсменов. Теоретическая база дальнейшего эмпирического исследования сформирована.

#### Литература

Абрамова В. В., Иванькова Ю. А. Пути преодоления стресса спортсменами в спортивной соревновательной деятельности // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2016. – Т. 2. – №. 4 (10).

Быстрова, Ю. А. Возможности психологической поддержки и сопровождения молодых людей с интеллектуальными нарушениями при трудоустройстве / Ю. А. Быстрова // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30, № 4(118). – С. 143-162. – DOI 10.17759/crrp.2022300408. – EDN AWDOJK.

Быстрова, Ю. А. Критерии психологической готовности спортсменов к участию в ответственных соревнованиях по спортивным бальным танцам / Ю. А. Быстрова, А. А. Данилов, Л. В. Неровный // Психология и педагогика: актуальные проблемы теории и практики (ко дню психолога) : Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с применением технологий дистанционного онлайн-участия, Москва, 18 ноября 2021 года / Отв. редактор А.С. Поляков. – Москва: Московский государственный областной университет, 2021. – С. 37-41. – EDN SKFMCC.

Быстрова Ю.А. Развитие социальной компетентности у подростков с ОВЗ в условиях инклюзивного образования // Психологическая наука и образование. 2022. Том 27. № 6. С. 102–114. DOI: 10.17759/pse.2022270608

Психология спорта: наука, искусство, профессия / Под ред. К. А. Бочавера, Л. М. Дов-



жик. – М.: Московский институт психоанализа–Когито-Центр, 2019. – 270 с.

Коробейникова Елена Ивановна, Даянова Марина Александровна Характеристика психологической подготовки спортсменов // Наука-2020. 2019. №11 (36).

Лапп Е. А., Кочеткова, Е. О. Особенности тренинга личностного роста для лиц с ОВЗ / Е. О. Кочеткова, Е. А. Лапп // Актуальные проблемы развития личности в онтогенезе: материалы IV Всероссийской научно–практической конференции, Якутск, 03 апреля 2015 года. – Якутск: Общество с ограниченной ответственностью «Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс», 2015. – С. 199-200. – EDN TRBRHD.

Лысакова Анастасия Николаевна, Новицкая Маргарита Сергеевна Психологические особенности спортивно-танцевальной деятельности // Вестник ГУУ. 2014. №2.

Ронь Ирина Николаевна. Психолого-педагогические условия формирования соревновательной эмоциональной устойчивости конкурсных танцевальных пар : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 Ставрополь, 2006 192 с. РГБ ОД, 61:06-13/1238

Bystrova Yu., Kovalenko V., Kazachiner O. Social and pedagogical support of children with disabilities in conditions of general secondary educational establishments // Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2021. Vol. 12(3). P. 101–114. DOI: 10.47750/jett.2021.12.03.010

Lapp, E. A. Staffing of Special Education for Children with Mental Impairments: Problems and Perspectives / E. A. Lapp // Education of Children with Special Needs: Theoretical Foundations and Practical Experience in the Selected Works of Russian, Belarus, and Polish Scholars. – Switzerland : Springer Nature Switzerland AG, 2022. – P. 381-389. – DOI 10.1007/978-3-031-13646-7\_39. – EDN VQWQOI.