

# ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ ПСИХОЛОГОВ В КОНТЕКСТЕ КОНЦЕПТУАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ ФОРМАТА ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

ДВОРАК Виталий Николаевич<sup>1</sup>, КОЛЕДА Виктор Антонович<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины  
Гомель, Беларусь  
vitaliy.dvorak@mail.ru, ORCID 0000-0002-6224-353X

<sup>2</sup> Белорусский государственный университет физической культуры  
Минск, Беларусь  
kaliadaviktar@gmail.com, ORCID 0000-0002-2777-524X

**Аннотация.** С развитием нового формата проведения спортивных соревнований, объединяющих в себе как физические, так и цифровые спортивные дисциплины (фиджитал), возникает потребность в педагогических инновациях в профессиональной подготовке спортивных психологов. Данная статья посвящена рассмотрению современных педагогических подходов и методик, которые могут повысить эффективность работы спортивных психологов в условиях фиджитальных соревнований. Предоставлены рекомендации для разработки индивидуальных образовательных программ для будущих спортивных психологов, направленных на укоренение адаптации из профессиональной деятельности, связанных с изменениями в спортивной индустрии.

**Ключевые слова:** *спортивный психолог, профессиональная подготовка, спортивные соревнования, концептуальные изменения, фиджитал, инновационные технологии, тренировка, психологическая подготовка.*

## FEATURES OF PROFESSIONAL TRAINING OF SPORTS PSYCHOLOGISTS IN THE CONTEXT OF CONCEPTUAL CHANGES IN THE FORMAT OF SPORTS COMPETITIONS

Vitaly N. DVORAK<sup>1</sup>, Victor A. KOLEDA<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Franziska Skaryna Gomel State University  
Gomel, Belarus  
vitaliy.dvorak@mail.ru, ORCID 0000-0002-6224-353X

<sup>2</sup> Belarusian State University of Physical Culture  
Minsk, Belarus  
kaliadaviktar@gmail.com, ORCID 0000-0002-2777-524X

**Abstract.** With the development of a new format of sports competitions that combine both physical and digital sports disciplines (digital), there is a need for pedagogical innovations in the professional training of sports psychologists. This article is devoted to the consideration of modern pedagogical approaches and techniques that can improve the effectiveness of sports psychologists in the context of digital competitions. Recommendations are provided on the individualization of professional training programs for sports psychologists seeking to adapt to new challenges and opportunities associated with changes in the sports industry and the development of digital technologies.

**Keywords:** *sports psychologist, professional training, sports competitions, conceptual changes, digital, innovative technologies, training, psychological training.*

Важной задачей современного образовательного процесса является поиск эффективных решений, методик и технологий, направленных на усвоение значительных объ-

емов информации, для чего у обучающихся необходимо развивать компетенции постоянного саморазвития и самосовершенствования. Это связано с тем, что современное

образование не ограничивается только получением знаний, умений и навыков в учебной аудитории, а требует непрерывного обновления и самообучения.

Компетентностный подход, как основополагающий аспект современного образовательного процесса, ориентирован на учет индивидуальных особенностей развития личности и предполагает развитие стратегий самообучения, критического и эвристического мышления обучающихся. Это особенно важно для спортивных психологов, для которых значимой профессиональной компетенцией является высокий уровень психологической подготовленности. Способность успешно применять приобретенные навыки и знания в будущей деятельности, поддерживать психическое здоровье, развивать образовательные интересы и индивидуальность, помогать спортсменам и тренерам в преодолении трудностей — всё это является важными задачами для специалистов в сфере психологии спорта, которые должны быть способными систематически анализировать, оценивать и вносить конструктивные изменения в свою работу.

Важным условием успешной реализации компетентностного подхода является наличие у выпускника дивергентного мышления. Это навык генерировать несколько альтернативных решений задач, что очень важно в спортивной сфере [1; 2]. Одной из ключевых задач компетентностного подхода является формирование индивидуальности спортивного психолога, его социализация и самоактуализация [3; 4]. Это означает, что образование содействует студенту, получающему данную профессию, в развитии личностных качеств, в обеспечении участия в общественной жизни, в реализации своих потенциальных возможностей. Кроме того, он должен уметь своевременно корректировать различные затруднения и преодолевать препятствия, возникающие в процессе своей профессиональной деятельности.

Проектирование индивидуального вектора образовательного процесса студен-

та, получающего профессию спортивного психолога, по нашему мнению, необходимо с обязательным учетом следующих аспектов [5–10]:

— сущностное понимание спорта и спортивной психологии. Будущему спортивному психологу очень важно знать современные технологии различных видов спорта, понимать специфику их правил, техники и тактики, усвоить теоретико-методологические основы психологии спорта и деятельности спортивного психолога;

— компетенции тайм-менеджмента. Спортивному психологу важно уметь эффективно управлять собственным временем и ресурсами. Компетентность в управлении временем подразумевает умения и навыки системной организации, управления информацией и оптимизации процессов и процедур своей профессиональной деятельности, постоянного мониторинга временных и ресурсных затрат, а также оценку полученных результатов с целью их коррекции. Спортивный психолог должен уметь правильно формулировать долгосрочные, среднесрочные и краткосрочные цели и задачи своей деятельности, быть самоорганизованным и самодисциплинированным, эффективно использовать свою энергию и мотивацию для выполнения задач;

— понимание этических норм и стандартов. Компетентность спортивного психолога тесно связана также со знанием этических вопросов профессиональной деятельности, таких как конфиденциальность, информированное согласие, кодекс поведения, что включает в себя соблюдение этических принципов и внутренних законов организации;

— практико-ориентированность. Неотъемлемым компонентом профессиональной подготовки спортивного психолога являются стажировки в спортивных коллективах, индивидуальное сопровождение карьеры спортсмена и тренера, наблюдение и анализ их деятельности во время спортивного соревнования и подготовки к нему;

— универсальность. Персонифицированный подход предполагает формирование у спортивного психолога компетенций понимания специфики работы со спортсменами различных возрастных групп, уровней мастерства, а также тренерами различной квалификации, стажа и опыта. Особо можно выделить важность в развитии такой компетенции, как способность мотивировать и вдохновлять спортсменов;

— развитие коммуникативных компетенций. Профессионализм спортивного психолога проявляется в умении устанавливать доверительные взаимоотношения со спортсменами и тренерами, с другими спортивными специалистами из разных культур и социальных сред. Данный аспект включает в себя также направленность на постоянное самосовершенствование: участие в научных и практических конференциях, публикации научных и методических статей, ведение блога, разработку своего сайта, группы или канала в социальных сетях, постоянный обмен опытом с коллегами;

— личностные качества. Страсть к спорту и спортивной психологии. Эмпатия, сострадание и желание помогать другим. Устойчивость и способность справляться со стрессом. Сильная рабочая этика и приверженность профессиональному развитию;

— специализация в конкретных областях психологии спорта. Персонифицированный подход предполагает возможность более узкой специализации спортивного психолога, таких как психология травмы, адаптация к завершению карьеры, психология регуляции эмоций и стресса, психология управления предстартовыми состояниями, психология тренировочной мотивации, психология преодоления неуверенности, психология развития лидерских качеств и т. д., что требует от будущего специалиста углубленных знаний и навыков;

— установка на непрерывное образование и развитие. Осуществляется следующим образом: повышение квалификации путем регулярного посещения специализированных

курсов и тренингов по спортивной психологии и смежным областям, участие в семинарах и мастер-классах по спортивной психологии, изучение научной, профессиональной литературы, включая статьи в периодических изданиях, проведение собственных научных исследований;

— интердисциплинарный подход. Сотрудничество с другими специалистами в области здравоохранения, спорта и образования для обеспечения системного подхода к сопровождению карьеры спортсменов и тренеров в целях обеспечения оптимальных условий для их профессионального и личностного развития.

Современное общество постоянно ставит перед специалистами в области спортивной психологии новые вызовы. С развитием технологий и изменением формата проведения соревнований спортивные психологи должны быть готовы к работе с новыми требованиями. Для этого необходимо индивидуализировать программы обучения специалистов, чтобы повысить их эффективность в новых условиях профессиональной деятельности.

Одним из основных парадигмальных изменений в системе проведения спортивных соревнований является переход к цифровым технологиям в спорте, так называемому формату фиджитал. Интерес к фиджитал-спорту проявляется и на уровне учреждений образования. Известно, что организаторы «Игр будущего», которые прошли в Казани с 21 февраля по 3 марта 2024 г., подписали соглашения с 39 различными университетами мира. В планах — открытие специальных образовательных программ [5–9]. Это означает, что спортивные соревнования в будущем будут всё больше и больше становиться цифровыми. Спортивным психологам важно уметь своевременно адаптироваться к этим изменениям, что требует определенной коррекции направленности образовательного процесса с обязательным учетом следующих параметров:

— внедрение педагогических инноваций. Проведение соревнований в формате «фиджитал» требует от спортивных психологов овладения навыками работы с цифровыми технологиями, такими как использование видеоконференций, анализ данных, использование специализированного программного обеспечения и т. д.;

— развитие стрессоустойчивости. Участвуя в соревнованиях в цифровом формате, спортсмены могут дополнительно испытывать стресс, связанный с техническими проблемами (например, потеря интернет-связи). Спортивным психологам важно уметь самим бороться со стрессом, чтобы эффективно научить спортсменов управлять стрессом для повышения уверенности в своих действиях;

— развитие навыков коммуникации и мотивации в нестандартных условиях. Использование цифровых технологий ведет к ограничению прямого личного общения со спортсменами. Поэтому спортивным психологам важно научиться эффективно коммуницировать с участниками соревнований в режиме онлайн, а также уметь виртуально мотивировать спортсменов и оказывать психологическую поддержку в целом;

— акцент на обучение анализу психологических данных, собранных онлайн. Дополнительные возможности для анализа психологических данных, собранных в онлайн-среде, предоставляет проведение соревнований в формате «фиджитал». Спортивные психологи должны уметь использовать эти данные для определения сильных и слабых сторон спортсменов, а также для коррекции персональных программ психологической подготовки атлетов;

— выработка умений принятия взвешенных решений в условиях неопределенности. Формат «фиджитал» является новым и непривычным для спортсменов (в особенности для атлетов более старшего поколения и заканчивающих карьеру в классическом спорте). Спортивные психологи должны уметь помочь им адаптироваться к иннова-

циям, что будет содействовать переформатированию и продлению их спортивной карьеры в формате участия в фиджитальных спортивных соревнованиях.

Педагогические инновации в профессиональной подготовке спортивных психологов в контексте фиджитал-спорта во многом обусловлены личностным потенциалом в развитии и совершенствовании спортивной киберпсихологии. Внедрение современных цифровых технологий позволит спортивным психологам проводить более точные измерения и анализ психологического состояния спортсменов, а также разрабатывать вектор индивидуального психологического саморазвития и самосовершенствования спортсмена и тренера удаленно. Кроме того, фиджитал-формат спортивных соревнований предлагает новые возможности для тренировки и развития ментальных навыков спортсменов, а также управления эмоциями и стрессом. Для того чтобы профессионально работать как на фиджитальных спортивных соревнованиях, так и во время подготовки к ним, специалистам в области спортивной психологии важно овладеть следующими знаниями, умениями, навыками и компетенциями:

— способностью эффективно управлять эмоциями, как своими, так и спортсменов, их родителей, тренеров, обеспечивая им психологическую поддержку в условиях цифрового стресса и напряжения;

— умением эффективно взаимодействовать со спортсменами, их родителями, тренерами и коллегами через виртуальные коммуникационные каналы, поддерживать связь и обмен информацией онлайн;

— навыками работы с современными технологиями, цифровыми спортивными платформами и инструментами для эффективной работы на фиджитальных соревнованиях;

— навыками сотрудничества и взаимодействия в различных виртуальных командах, умениями распределять командные обязанности, координировать усилия и мотивировать к совместному достижению целей;

— способностью находить новые, нестандартные решения, разрабатывать инновационные методики и подходы к тренировкам и психологическому сопровождению спортсменов в цифровой среде;

— способностью быстро приспосабливаться к изменяющимся требованиям и условиям цифрового спортивного мира;

— готовностью к постоянному развитию профессиональных навыков и самосовершенствованию;

— умением анализировать виртуальные данные от цифровых устройств и платформ, делать аналитические выводы, проводить статистическую обработку полученных данных и качественно их интерпретировать;

— уметь осуществлять техническую экспертизу;

— знать специфику цифровых тренировочных психологических программ и уметь проводить анализ эффективности цифровых инструментов для психологического сопровождения спортсменов и тренеров;

— уметь коммуницировать в онлайн-сообществах специалистов в области спортивной психологии, обмениваться опытом и знаниями с коллегами для повышения профессионального мастерства.

Эти ключевые факторы помогут специалистам в области спортивной психологии эффективно работать на фиджитальных соревнованиях. Для успешной реализации педагогических инноваций в профессиональной подготовке спортивных психологов в контексте фиджитал-спорта необходимо разработать специализированные персонализированные программы, включающие методики и технологии интерактивных тренировок. Эффективная реализация таких программ возможна только при системном подходе к образовательному процессу, который включает в себя как теоретические, так и практические занятия с использованием цифровых средств и методов с акцентом на индивидуализацию образовательного процесса.

Примерами таких педагогических инноваций в профессиональной подготовке спортивных психологов являются:

1) использование виртуальных тренажеров для психологической подготовки. Создание виртуальных сред для искусственного формирования стрессовых ситуаций поможет спортивным психологам обучать спортсменов эффективно управлять своими эмоциями и реагировать на стрессовые ситуации;

2) развитие цифровых компетенций. Включение в обучающие программы специальных образовательных модулей по работе с цифровыми технологиями, спецкурсов, посвященных выработке умений анализа данных в виртуальной реальности, позволит спортивным психологам эффективно применять новейшие технологии в своей работе;

3) спецтренинги в условиях, приближенных к фиджитальным соревнованиям. Организация тренингов и семинаров, ориентированных на работу спортивного психолога в условиях, концептуально приближенных к фиджитальным соревнованиям, будет содействовать развитию у специалистов навыков адаптации и профилактики стресса и управления эмоциями.

Важным аспектом в процессе профессиональной подготовки спортивных психологов в рамках фиджитал-формата является развитие навыков работы с современными цифровыми платформами и технологиями. Спортивные психологи должны быть ментально готовы эффективно использовать специальные программы и приложения для осуществления эффективной деятельности, несмотря на рост психологического давления. Для этого у студентов специализации «спортивная психология» необходимо системно развивать следующие профессионально-личностные качества:

1) стрессоустойчивость — способность сохранять спокойствие и поддерживать эмоциональную стабильность при высоких профессиональных нагрузках и в стрессовых

ситуациях во время проведения фиджитальных соревнований;

2) мотивация и уверенность — развитие и поддержка высокой мотивации и чувства уверенности в своих силах с учетом специфики виртуальной соревновательной среды;

3) ментальные навыки — развитие ментальных навыков, таких как концентрация, внимание, воображение, визуализация;

4) деловое общение — эффективная коммуникация и умение устанавливать доверительные отношения;

5) технологические навыки — владение современными цифровыми технологиями и инструментами, используемыми на виртуальных спортивных соревнованиях;

6) саморазвитие и обучаемость. Постоянное саморазвитие, изучение новых методик и технологий в области спортивной психологии, готовность к постоянному обучению и совершенствованию навыков.

Спортивным психологам, работающим с фиджитал-спортсменами, необходимо знать, понимать и учитывать в своей деятельности следующие аспекты и факторы:

— знание современных технологий, специфики игровых платформ и программного обеспечения, используемого в фиджитал-спорте;

— понимание психологии игровой зависимости, знание особенностей и методов работы с игровой зависимостью, которая может быть присуща фиджитал-спортсменам;

— четкое понимание сущности, значимости, специфики фиджитал-спорта и цифровых спортивных дисциплин;

— умение работать в онлайн-формате, владение навыками работы и консультирования в онлайн-формате, учитывая особенности взаимодействия через социальные сети;

— понимание аспектов позитивного влияния физической активности, фитнеса на психологическое состояние игроков;

— понимание виртуальной реальности, знание психологических особенностей работы в виртуальной реальности и умение помогать спортсменам в скорейшей адаптации к ее условиям;

— знание методик тренировки и психологической подготовки, специфичных для фиджитал-спорта;

— внимание к этическим вопросам в фиджитал-спорте, связанным с цифровыми соревнованиями, неприкосновенностью личной жизни и моральным благополучием атлетов.

Таким образом, профессиональная подготовка спортивных психологов в контексте работы с фиджитал-спортсменами представляет собой достаточно сложную задачу, требующую разработки и внедрения педагогической инноватики в образовательный процесс. Использование современных образовательных технологий, развитие цифровых компетенций и специализированные тренинги помогут спортивным психологам успешно адаптироваться к глобальным изменениям в спортивной индустрии, что, в свою очередь, будет содействовать качественному психологическому сопровождению фиджитал-атлетов, содействовать достижению ими наивысших спортивных результатов.

### Список источников

1. Коледа В. А., Клинов В. В. Теория спорта : учебное пособие для студентов учреждений высш. образования по специальности «Физическая культура» / М-во образования Респ. Беларусь, Мозыр. гос. пед. ун-т им. И. П. Шамякина. — Мозырь : МГПУ им. И. П. Шамякина, 2017. — 196 с.

2. Коледа В. А., Григоров А. В. Структура системы спортивной подготовки // Мир спорта. — 2022. — № 3. — С. 19–22.

3. Дворак В. Н. Развитие специальных компетен-

ций студентов, будущих спортивных психологов // Инновации в образовании. — 2016. — № 7. — С. 76–83.

4. Дворак В. Н., Бейзеров В. А. Инновации в профессиональной подготовке студентов специализации «Спортивная психология» // Инновации в образовании. — 2022. — № 10. — С. 75–84.

5. Дворак В. Н. Повышение эффективности профессионального образования будущих спортивных психологов // Вопросы повышения эффективности профессионального образования в современных ус-

ловиях : материалы VI Международной учебно-методической конференции / под редакцией А. Ю. Александрова, Е. Л. Николаева. — Чебоксары : Чувашский государственный университет имени И. Н. Ульянова, 2014. — С. 44–48.

6. Ермаков А. В., Скаржинская Е. Н., Новоселов М. А. Цифровая трансформация профессий в отрасли «Физическая культура и спорт» // Теория и практика физической культуры. — 2022. — № 3. — С. 6–8.

7. Плешаков В. А., Соловьёва А. В., Сидорова А. В. Киберпсихология и онлайн-консультирование в спорте // Научный вестник МГУСиТ: спорт, туризм, гостеприимство. — 2023. — № 3 (77). С. 112–132.

8. Масягина Н. В., Плешаков В. А., Скаржинская Е. Н., Новоселов М. А. Международные соревно-

вания на основе цифровых технологий как условие трансформации системы подготовки кадров для индустрии спорта // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2022. — № 4. — С. 2–4.

9. Ганичев А. М., Репин Д. В. Актуальные направления развития спорта в условиях цифровой трансформации // Компьютерный спорт (киберспорт): проблемы и перспективы развития : материалы Всероссийской научно-практической конференции, Москва, 08 декабря 2022 года / под редакцией М. А. Новоселова. — М. : Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», 2022. — С. 47–51.

10. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта. — 2-е изд. — М. : Советский спорт, 2006.

## СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТИВНО-МАССОВЫЙ ФЕСТИВАЛЬ ВФСК «ГТО»

**ДЗОЦИЕВА** Екатерина Таймуразовна

Тюменский индустриальный университет  
Тюмень, Россия  
dzotsievaet@tyuiu.ru

**Аннотация.** Рассматривается динамика результатов студентов Тюменского индустриального университета, принимающих участие в спортивно-массовых мероприятиях ВФСК «ГТО» в Тюменской области на протяжении двух лет. Проанализированы итоговые протоколы среди студентов на областном (II этап) и всероссийском (III этап) уровне. Разработаны практические рекомендации для улучшения командного результата.

**Ключевые слова:** комплекс ВФСК «ГТО», студенты, физическая подготовленность, спортивные мероприятия, высшие учебные заведения, физическая активность, здоровье.

### STUDENT SPORTS FESTIVAL OF ALL-RUSSIAN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS COMPLEX "READY FOR WORK AND DEFENSE"

Ekaterina T. **DZOTSIEVA**

Tyumen Industrial University  
Tyumen, Russia  
dzotsievaet@tyuiu.ru

**Abstract.** This article examines the dynamics of the results of TIU students taking part in mass sports events of the All-Russian Sports Society "Ready for work and defense" in the Tyumen region for 2 years, analyzed the final protocols among students at the regional level (stage II) and All-Russian (stage III). Practical recommendations have been developed to improve team results.

**Keywords:** All-Russian Physical culture and sports complex "Ready for work and defense", students, physical fitness, sporting events, higher education institutions, physical activity, health.