

каждого учащегося. Цифровая эпоха требует новых людей – осознанных, компетентных, устойчивых, творчески мыслящих и ответственных. Именно на таких индивидов ориентирована современная психология развития, стремящаяся соединить технологии и гуманизм, цифровую грамотность и эмоциональную зрелость, инновации и ценности.

Список использованных источников

1 Бондаревская, Е. В. *Цифровая трансформация образования и формирование цифровых компетенций личности* / Е. В. Бондаревская. – Вестник педагогических наук. – 2020. – №3. – С. 15–25.

2 Ганиев, А. Ш. *Цифровые навыки как фактор адаптации личности к изменениям* / А. Ш. Ганиев, Ф. М. Назарова. – Вестник ТНУ. Серия: Психология и педагогика, 2020. – №4.

3 Мищенко, Е. П. *Цифровые компетенции в контексте образовательной политики и практики* / Е. П. Мищенко, Н. Л. Селиванова. – Современное образование, 2021. – №5. – С. 62–71.

4 Рахимова, З. М. *Психологическая поддержка учащихся в условиях цифрового обучения в Таджикистане* / З. М. Рахимова. – Образование и общество в Центральной Азии, 2023. – №1. – С. 88–96.

В. Н. Дворак, канд. пед. наук, доцент, **В. А. Бейзеров**, канд. пед. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины
г. Гомель, Республика Беларусь

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕАЛИЗАЦИИ ВОЛОНТЕРСКОГО ПРОЕКТА «СПОРТИВНЫЕ ПСИХОЛОГИ ГГУ ИМЕНИ ФРАНЦИСКА СКОРИНЫ»

В статье исследуются теоретические и методологические основы реализации волонтерского проекта «Спортивные психологи ГГУ имени Ф. Скорины», направленного на оказание психологической поддержки спортсменам, тренерам и лицам, занимающимся физической активностью. В работе подчеркивается интеграция образовательных стандартов в области психологии с волонтерскими инициативами, с акцентом на развитие профессиональных компетенций у студентов-волонтеров при соблюдении правовых и этических норм.

Ключевые слова: студенты, спортивная психология, волонтерский проект, теоретические основы, методологическая база, психологическая поддержка, образовательные стандарты, профессиональные компетенции, психическое благополучие, управление стрессом.

V. N. Dvorak, Candidate of Pedagogical Sciences, Ass. Professor, **V. A. Beyzerov**, Candidate of Pedagogical Sciences, Ass. Professor
Francisk Skorina State University,
Gomel, Republic of Belarus

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS IN THE IMPLEMENTATION OF THE VOLUNTEER PROJECT “SPORT PSYCHOLOGISTS OF FRANCISK SKORINA STATE UNIVERSITY”

This article explores the theoretical and methodological foundations of implementing the volunteer project “Sport Psychologists of Francisk Skorina State University”, aimed at

providing psychological support to athletes, coaches, and individuals engaged in physical activity. The study highlights the integration of educational standards in psychology with volunteer initiatives, emphasizing the development of professional competencies among student volunteers while adhering to legal and ethical guidelines.

Keywords: students, sport psychology, volunteer project, theoretical foundations, methodological framework, psychological support, educational standards, professional competencies, mental well-being, stress management.

Студенты факультета психологии специализации «Спортивная психология» на основании Закона Республики Беларусь «Об оказании психологической помощи» (далее – Закон) и образовательного стандарта общего высшего образования по специальности 6-05-0313-01 «Психология» (далее – Стандарт) [6–8] вот уже на протяжении второго десятилетия лет, под руководством преподавателей кафедры психологии, в рамках реализации своих дипломных и курсовых проектов, осуществляют консультации, индивидуальное и групповое психологическое сопровождение спортсменов, спортивных команд, тренеров, содействуют в развитии мотивации студентов к занятиям физической культурой и массовым спортом [1–4]. Такая активная деятельность осенью 2024 года закономерно приобрела новую популярную в студенческой среде форму – волонтерский отряд [5]. В настоящей статье авторами предпринята попытка разработать научные концептуальные основы реализации проекта волонтерского отряда «Спортивные психологи ГГУ имени Ф. Скорины» (далее – Проекта).

Целью волонтерского проекта «Спортивные психологи Государственного университета имени Ф. Скорины» станет создание устойчивой, научно обоснованной структуры для оказания психологического сопровождения спортсменов, спортивных команд, тренеров и лиц, занимающихся физической культурой и массовым спортом. Данная инициатива направлена на повышение спортивных результатов, укрепление психического благополучия, повышение мотивации к занятиям физической культурой, а также на развитие культуры здорового образа жизни.

Достижению поставленной цели будет содействовать решение следующих задач:

- формирование целостной системы подготовки волонтеров-психологов, способных оказывать профессиональную поддержку студентам и спортсменам в области формирования мотивации к здоровому образу жизни и спортивной деятельности под руководством профессиональных психологов;

- создание комплексной теоретической базы, объединяющей принципы спортивной психологии, волонтерства и вовлечения в общественную деятельность, что включает в себя определение важных в спортивном контексте психологических конструктов (например, мотивация, жизнестойкость, командная работа) и их применение в условиях спортивной деятельности;

- разработка специализированных обучающих модулей для студентов-волонтеров, участвующих в проекте, с целью обучения их практическим навыкам психологического консультирования, мотивационным техникам, управлению стрессом и коммуникации, ориентированным на спортсменов и тренеров;

- установление партнерских отношений с региональными спортивными клубами, организациями, учреждениями образования, фитнес-центрами и общественными организациями с целью расширения охвата проекта;

- проведение под руководством профессиональных психологов индивидуальных консультаций, групповых семинаров и психологических тренингов, направленных на повышение психической устойчивости, улучшение спортивных результатов, преодоление стресса, связанного с соревнованиями, а также профилактику эмоционального выгорания спортсменов и тренеров. Данная задача является одной из ключевых так как направлена, согласно требованиям Стандарта [8] на формирование у бакалавра базовых

профессиональных компетенций (БПК), таких как: БПК-1: Применять знания о психике и социальном взаимодействии, БПК-4: Использовать знания о закономерностях психического развития, БПК-7: Проводить прикладные психологические исследования;

– содействие развитию физической культуры и массового спорта, проведение информационно-просветительских кампаний и программ по привлечению широких слоев населения к занятиям физической культурой и массовым спортом, внедрение научно обоснованных персонифицированных стратегии для мотивации различных групп населения, включая молодежь, взрослых и пожилых людей, к активному образу жизни;

– внедрение системы объективного мониторинга для определения эффективности мероприятий проекта, включающего сбор отзывов от экспертов, анализ результатов и совершенствование методик для обеспечения постоянного совершенствования проекта и его долгосрочной устойчивости, за счет формирования методической базы, подготовки кадрового резерва и установления долгосрочных партнерств с организациями в сфере образования, спорта и психологии;

– формирование системы подготовки волонтеров-психологов, способных оказывать профессиональную поддержку студентам и спортсменам в области мотивации к здоровому образу жизни и спортивной деятельности.

Принципы Проекта:

– добровольности. Участие в проекте осуществляется только на основе личного согласия и инициативы студента;

– системности. Деятельность отряда должна быть организована как целостная система, включающая планирование, реализацию и оценку результатов;

– практико-ориентированности. Проект реализуется с акцентом на практическое применение знаний, развитие умений, навыков и профессиональных компетенций студентов, будущих спортивных психологов;

– инклюзивности. Реализация Проекта предполагает вовлечение в его деятельность студентов разных курсов и факультетов, что способствует развитию их коммуникативных компетенций;

– конфиденциальности. Все сведения, полученные в ходе оказания психологической помощи, защищаются как профессиональная тайна в соответствии со статьей 15 Закона Республики Беларусь «Об оказании психологической помощи» [7];

– обратной связи. В ходе осуществления Проекта происходит регулярное обсуждение промежуточных и итоговых результатов деятельности его участников и руководителей с внесением, при необходимости корректировок на основе их предложений и анализа полученных результатов.

Волонтерство дает студентам возможность неформально общаться со сверстниками, преподавателями и сотрудниками, укрепляя социальные связи в университете, и является важным элементом социальной адаптации студентов, особенно первокурсников. Фактором успешной реализации Проекта будет соблюдение следующих организационно-педагогических условий:

– нормативно-правовое обеспечение. Все мероприятия проекта осуществляются в соответствии с требованиями Закона Республики Беларусь «Об оказании психологической помощи» и образовательного стандарта по специальности 6-05-0313-01 «Психология» [6–8];

– кадровое сопровождение: каждый волонтер проходит обязательную подготовку по программе, утвержденной кафедрой психологии, и работает под супервизией дипломированных психологов;

– социализация студентов через волонтерскую деятельность. Включение участников в социальные процессы университета способствует формированию гражданской ответственности, развитию коммуникативных навыков и укреплению чувства принадлежности

к сообществу людей, объединенных общей социально-значимой идеей. Особое внимание уделяется развитию компетенций УК-4 (работа в команде) и УК-10 (межкультурное взаимодействие) в соответствии с образовательным стандартом [8];

– активизация познавательной деятельности студентов через участие в научно-исследовательской работе, обучении методам спортивной психологии и разработке программ для повышения психологического и физического благополучия личности. Это способствует формированию у студентов таких компетенций как: БПК-7 (проведение прикладных исследований) и БПК-3 (оценка индивидуально-психологических различий) [8], что позволит участникам Проекта не только применять полученные знания на практике, но и развивать профессиональные компетенции, критическое мышление и креативность;

– формирование здорового образа жизни. Деятельность будущих спортивных психологов будет направлена не только на психологическое сопровождение профессиональных спортсменов, но и на популяризацию физической активности и профилактику дистресса в студенческой среде, через организацию различных мероприятий (например, занятия дыхательными практиками, мастер-классы по управлению стрессом). Все мероприятия проводятся с учетом принципов психологической помощи (ст. 14 Закона) – добровольности, доступности и профессионализма [7];

– интерактивность и практическая направленность. Мероприятия проекта планируются осуществлять на основе взаимодействия между его участниками. Особое внимание уделяется развитию компетенции УК-2 (применение ИКТ) через использование цифровых платформ для организации работы [8];

– социальное партнёрство. Реализация Проекта возможна только на основе сотрудничества между администрацией университета, преподавателями, студентами и внешними организациями (например, спортивным клубом университета, студенческими научно-исследовательскими лабораториями, местными бизнес-структурами). Такое партнёрство позволит расширить возможности Проекта, привлечь дополнительные ресурсы;

– педагогическая интеграция. Включение элементов Проекта в учебные программы программы дисциплин, связанных, например, со спортивной медициной, социальной психологией и социологией, обеспечит его устойчивость и улучшит результаты обучения студентов.

Реализация данных условий и принципов, в соответствии с требованиями Стандарта [8] обеспечит развитие у студентов универсальных компетенций, таких как: УК-4: Работа в команде и толерантность, УК-5: Саморазвитие и совершенствование, УК-6: Инициативность и адаптация к изменениям.

Модель реализации Проекта включает следующие этапы:

– подготовительный этап. На данном этапе происходит формирование инициативной группы из числа студентов и преподавателей, разработка методологии проекта, определение его цели и задач, заключение соглашений с администрацией университета, спортивными организациями и студенческим самоуправлением, проведение информационной кампании для привлечения волонтеров. Разрабатывается нормативная база проекта, включая положения о конфиденциальности (ст. 15 Закона) и порядке работы с разными категориями клиентов (ст. 18 Закона) [7];

– организационный этап. Посвящен обучению волонтеров (тренинги, мастер-классы, лекции), разработку плана мероприятий (консультации, тренинги, спортивные мероприятия), создание рабочих групп для реализации конкретных задач. Обучение волонтеров включает модули по правовым основам психологической помощи (ст. 4, 5 Закона) [7] и этическим принципам работы;

– этап реализации проекта. Является основным и включает непосредственное проведение мероприятий, направленных на поддержку психологического благополучия студентов, спортсменов и тренеров, развитие спортивной культуры, взаимодействие

со спортивными и другими организациями. Все мероприятия проводятся под контролем кураторов-психологов, имеющих соответствующую квалификацию согласно ст. 4 Закона [7];

– этап мониторинга включает оценку эффективности проведенных мероприятий.

Для достижения поставленных задач в рамках реализации Проекта планируется проведение:

– психологических консультаций. Члены отряда могут предоставлять базовую психологическую помощь студентам, испытывающим трудности с адаптацией или повышенным уровнем стресса. Консультации проводятся только студентами старших курсов под супервизией преподавателей (ст. 4 Закона) [7];

– тренингов по управлению эмоциональным состоянием и развитию стрессоустойчивости личности с обязательным информированием участников о целях и методах работы (ст. 19 Закона) [7];

– спортивных мероприятий, которые организуются с учетом возрастных и психологических особенностей участников (БПК-4) [8];

– мероприятий по здоровому образу жизни: включают психологическое просвещение (ст. 5 Закона) [1] с использованием научно обоснованных методов [4, 5].

Самоуправление является ключевым фактором успеха проекта. Члены волонтерского отряда «Спортивные психологи ГГУ» будут участвовать в разработке программ, направленных на увеличение физической активности не только среди студентов, но и среди населения города, проживающего рядом со студенческими общежитиями и кампусами университета. Таким образом, волонтеры будут играть важную роль в поддержании порядка и комфорта общественных пространств. Они смогут участвовать в организации мероприятий, таких как дни здоровья, спортивные фестивали или культурные события. Кроме того, они могут контролировать соблюдение правил пользования спортивными объектами и помогать в решении конфликтных ситуаций.

Проект волонтерского отряда «Спортивные психологи ГГУ имени Франциска Скорины» представляет собой также и модель интеграции научно-практической деятельности студентов в процесс создания комфортной академической среды. Развитие таких проектов является важным шагом в модернизации системы высшего образования, делая её более ориентированной на потребности студентов и требования современного общества. Выделим следующие векторы и перспективные стратегии развития Проекта «Спортивные психологи ГГУ имени Ф. Скорины»:

– расширение рекрутинга для эффективного привлечения новых волонтеров для инициативы. Предполагается использование многоканального маркетингового подхода, предполагающего обращение к потенциальным волонтерам через различные платформы (как онлайн, так и офлайн) включая социальные сети, электронную почту и воспитательные мероприятия;

– цифровизация. Разработка защищенных каналов коммуникации для соблюдения конфиденциальности (ст. 15 Закона) [7]. Для оптимизации и повышения эффективности работы волонтеров можно автоматизировать такие задачи, как уведомления и составление расписания мероприятий, создание удобных форм регистрации;

– постоянное налаживание новых контактов с учреждениями образования и спортивными организациями Гомельского региона;

– системное и регулярное обучение волонтеров. углубленное изучение методов, рекомендованных ст. 12 Закона [7]. Для достижения максимальной эффективности в работе со спортсменами необходимо обеспечить специальную образовательную подготовку волонтеров;

– совершенствование механизмов оценки эффективности Проекта и обратной связи. Внедрение современных механизмов оценки результативности проекта обуславливает

определение успеха инициативы. Обратная связь с волонтерами и участниками проекта позволит усовершенствовать дальнейшую его программную основу и будет способствовать адаптации инициативы к изменяющимся потребностям общества;

– взаимодействие со средствами массовой информации. Для продвижения проекта планируется размещение материалов в СМИ, социальных сетях, что повысит узнаваемость Проекта и будет способствовать его долгосрочной устойчивости.

Таким образом, Проект представляет собой инновационную модель интеграции образовательного процесса и волонтерской деятельности, соответствующую требованиям нормативных документов, реализация которого будет содействовать развитию профессиональных компетенций студентов в рамках требований действующего образовательного стандарта. Перспективы развития проекта связаны с расширением взаимодействия с социальными партнерами и внедрением цифровых технологий при сохранении правовых и этических стандартов работы. Реализация данного Проекта создаст устойчивую научно-практическую базу для психологического сопровождения спортивной деятельности, будет содействовать повышению спортивных результатов, а также формированию мотивации к занятиям физической культурой и массовым спортом.

Список использованных источников

1 Дворак, В. Н. Особенности профессиональной подготовки спортивных психологов в контексте концептуальных изменений формата проведения спортивных соревнований / В. Н. Дворак, В. А. Коледа // Проблемы физкультурного образования: содержание, направленность, методика, организация : Материалы X Международного научного конгресса, посвящённого 80-летию основателя физкультурного образования Калининградской области, учредителя конгресса В. К. Пельменева, Калининград, 25–28 апреля 2024 года. – Челябинск: Челябинский государственный университет, 2024. – С. 83-89.

2 Дворак, В. Н. Возможности применения методики скетчноутинга в образовательном процессе студентов специализации «Спортивная психология» / В. Н. Дворак, В. А. Бейзеров // Инновации в образовании. – 2024. – №8. – С. 44-51.

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

4 Дворак, В. Н. Повышение эффективности профессионального образования будущих спортивных психологов / В. Н. Дворак // Вопросы повышения эффективности профессионального образования в современных условиях : Материалы VI Международной учебно-методической конференции, Чебоксары, 15 октября 2014 года / Под редакцией А. Ю. Александрова, Е. Л. Николаева. – Чебоксары: Чувашский государственный университет им. И. Н. Ульянова, 2014. – С. 44-48.

5 На старте волонтерский отряд «Спортивные психологи ГГУ» [Электронный ресурс] / Гомельский государственный университет. – 2024. – Режим доступа: <https://psi.gsu.by/index.php/node/198>. – Дата доступа: 08.05.2025.

6 О изменении Закона Республики Беларусь «Об оказании психологической помощи»: Закон Респ. Беларусь, 30 июня 2022 г., № 184-З [Электронный ресурс] / Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 2022. – Режим доступа: <https://pravo.by/document/?guid=12551&p0=H12200184>. – Дата доступа: 08.05.2025.

7 Об оказании психологической помощи: Закон Респ. Беларусь, 1 июля 2010 г., № 153-З [Электронный ресурс] / Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 2010. – Режим доступа: <https://etalonline.by/document/?regnum=h11000153>. – Дата доступа: 08.05.2025.

8 Образовательный стандарт общего высшего образования по специальности 6-05-0313-01 «Психология» [Электронный ресурс] / Министерство образования Республики Беларусь. – 2023. – Режим доступа: https://edustandart.by/media/k2/attachments/os_6-05-0313-01_210223.pdf. – Дата доступа: 08.05.2025.