



Учись побеждать!

# **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ**

**Абдуллаева Мадина Мансуровна**

Выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация)

Научный руководитель:  
И.Г.Хурамшин



## **Актуальность.**

Недооценка роли личностного фактора в системе подготовки спортсменов выступает причиной низкой успешности и возникающих проблем. Психологическое сопровождение спортсмена направлено на гармоничное развитие личности спортсменов в избранном виде спорта, уменьшение ошибочных действий при формировании двигательных программ. Психологическое сопровождение – это совокупность мероприятий для повышения эффективности всех видов подготовки спортсмена и, прежде всего, обеспечения психической готовности к выступлению, создание предпосылок к продолжительной спортивной карьере и стабильной демонстрации высоких результатов. Только глубокий анализ особенностей спортивной тренировки и механизмов воздействия на психику, выбор адекватных форм и средств подготовки, взаимодействие всех участников тренировочного процесса позволит максимально полно реализовать потенциал спортсмена и сохранить высокий уровень соревновательных достижений.

Таким образом, значимость решения проблемы психологической подготовки спортсменов и недостаточная концептуальная разработанность в теории спорта обусловили выбор темы исследования и определяют ее актуальность.



- **Объект исследования:**  
психологическая подготовка в художественной гимнастике, на этапе спортивной специализации.
- **Предмет исследования:** методика психолого-педагогического сопровождения личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации.



**Цель исследования:** теоретически разработать и экспериментально обосновать эффективность методики психолого-педагогического сопровождение личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации.



**Гипотеза исследования** заключалась в предположении о том, что психолого-педагогическое сопровождение девочек в художественной гимнастике повышает эффективность подготовки спортсменок и, прежде всего, обеспечивает психическую готовность к выступлению, создает предпосылку к продолжительной спортивной карьере и стабильной демонстрации высоких результатов.



## **Задачи исследования**

- 1. Изучить состояние проблемы психолого-педагогического сопровождение личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации.**
- 2. Разработать методику психолого-педагогического сопровождения личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации.**
- 3. Экспериментально обосновать эффективность разработанной авторской методики психолого-педагогического сопровождения личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации.**



## **Организация исследования.**

Исследование проводилось на базе спортивного клуба (СК) художественной гимнастики «Время первых» (г. Москва).

В исследовании приняли участие 20 человек - спортсменки группы х/г ТЭСС-5г.-№1 первого спортивного разряда в возрасте 10-11 лет.



## **Методика психолого-педагогического сопровождения личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации.**

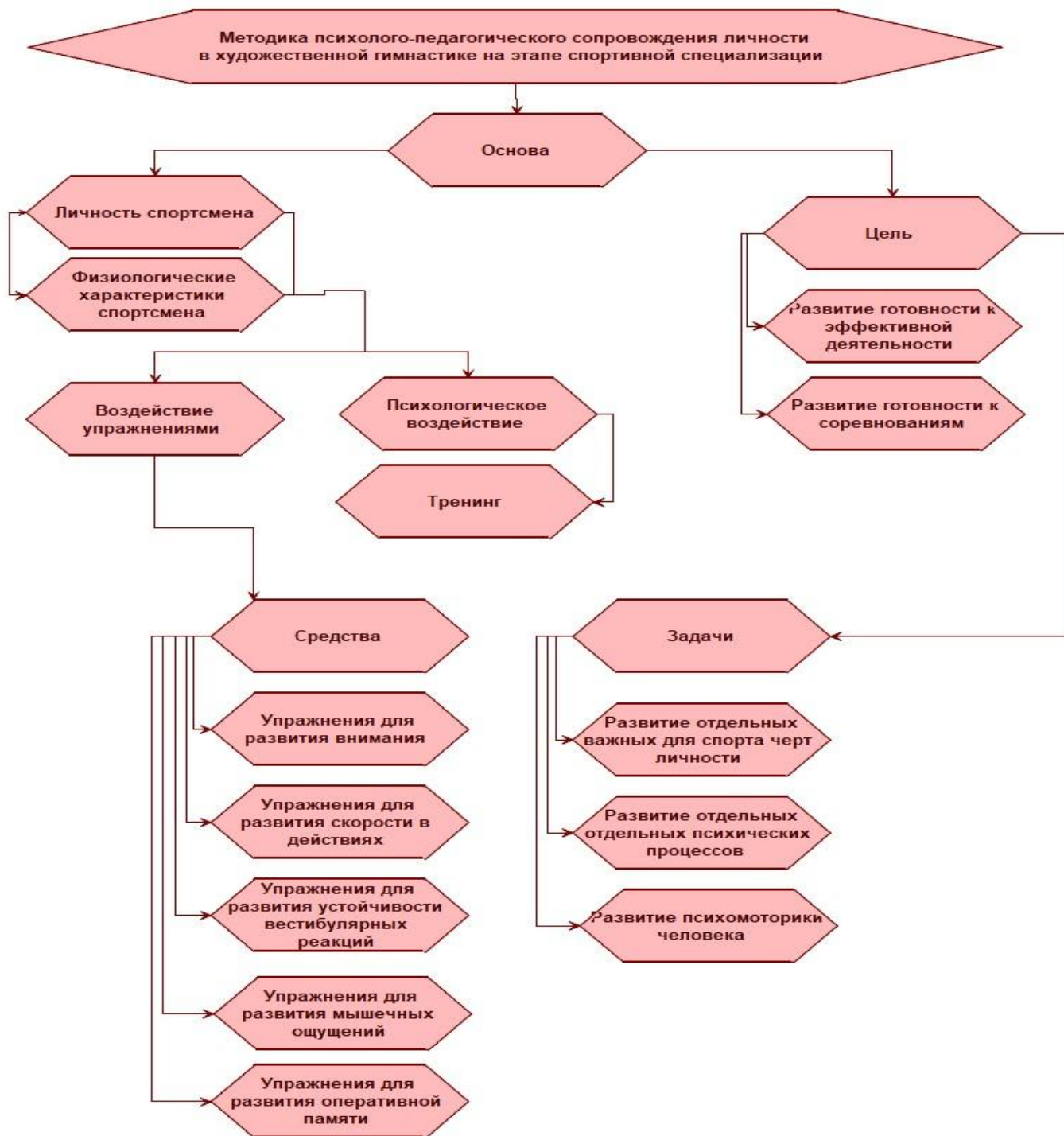
Нашу методику мы применяли в течении 2021-2022 годов.

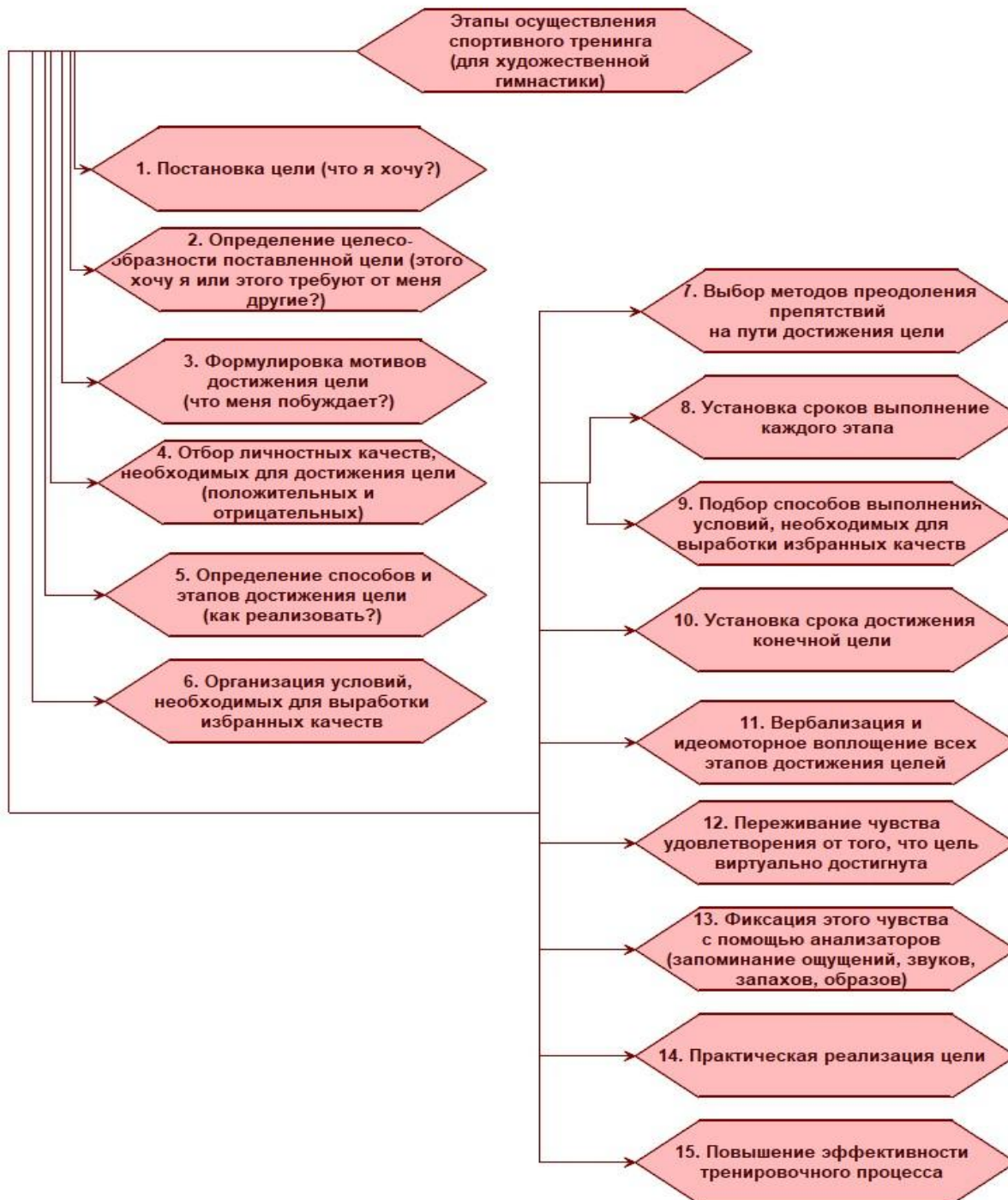
- На первом этапе (сентябрь 2021 г. – декабрь 2021 г.) были проанализированы направления совершенствования психолого-педагогического сопровождения личности в спорте.
- На втором этапе (январь 2022 г.) проведен констатирующий эксперимент, целью которого стало получение первичной информации об уровне психологических характеристик.





- На третьем этапе (февраль 2022 г. – август 2022 г.) проведен формирующий эксперимент с целью проверки эффективности разработанной методики. В рамках эксперимента были сформированы две – экспериментальная (ЭГ) и контрольная (КГ) – группы спортсменок.
- На четвертом этапе (сентябрь 2022 – октябрь 2022 гг.) была осуществлена обработка полученных данных с помощью методов математической статистики, проведен анализ результатов исследования.
- На пятом этапе (ноябрь 2022 – декабрь 2022 гг.) проведено оформление магистерской диссертации, сформулированы основные выводы.





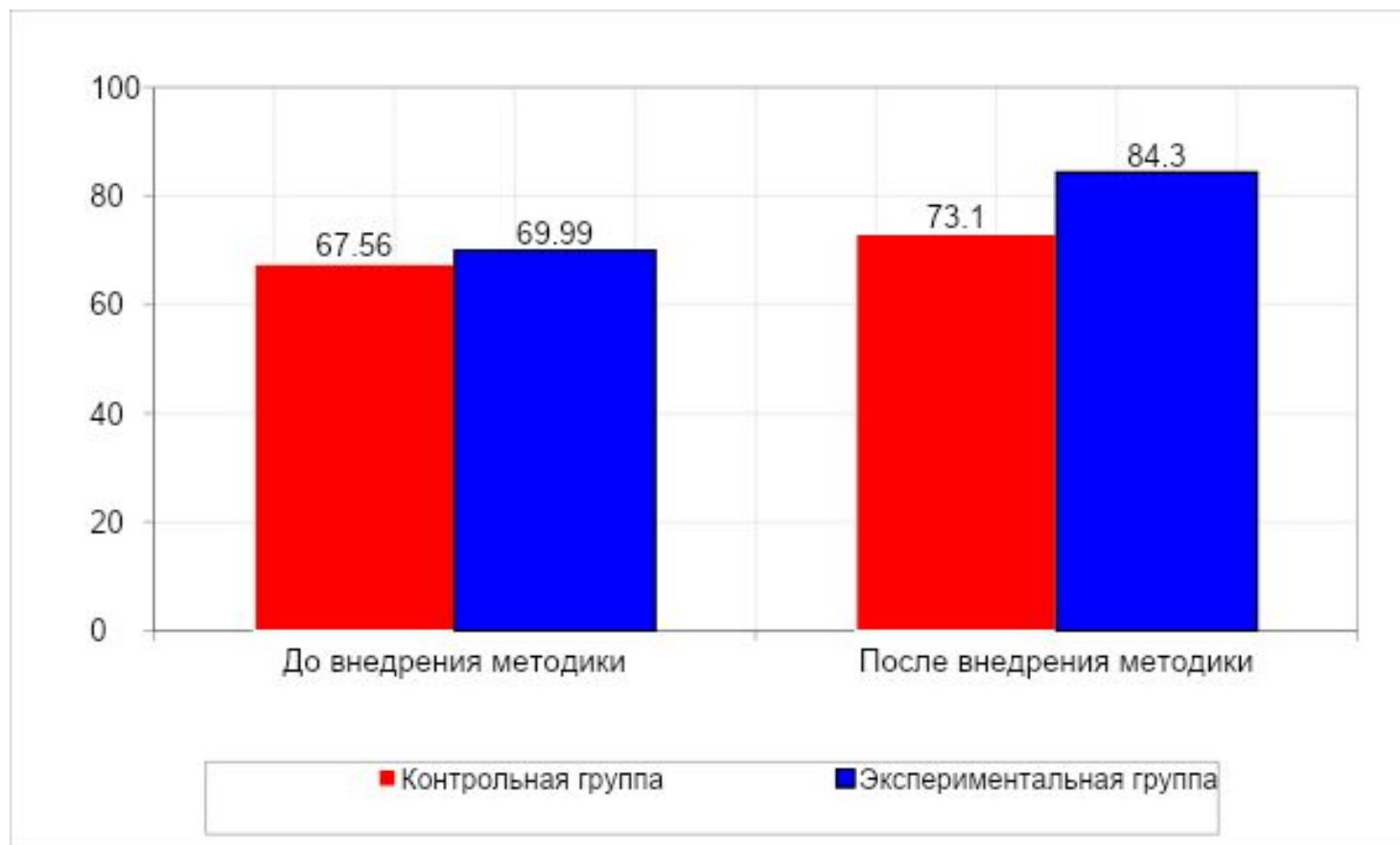


# Изменение психологических качеств гимнасток-художниц 10-11 лет за период педагогического эксперимента

Показатели	ЭГ			КГ		
	Исходный уровень (констатирующий этап)	Итоговый уровень (контрольный этап)	Прирост, %	Исходный уровень (констатирующий этап)	Итоговый уровень (контрольный этап)	Прирост, %
Хср.	69,99	84,30	20,45	67,56	73,10	8,20
m	±1,15	±2,57	-	±1,78	±0,96	-
t-критерий критический	2,0900	2,0900	-	2,0900	2,0900	-
t-критерий эмпирический	1,1706	4,2599	-	1,1706	4,2599	-
Рассчитанное значение р Стьюдента	>0,05 (нет различий)	>0,05 (нет различий)	-	>0,05 (нет различий)	>0,05 (нет различий)	-
Рассчитанное значение р Шапиро-Уилка	>0,05 (распределение нормальное)	>0,05 (распределение нормальное)		>0,05 (распределение нормальное)	>0,05 (распределение нормальное)	



## Динамика уровня жизнестойкости спортсменок





## Вывод.

Результаты контрольного эксперимента свидетельствуют о том, что тренировочные занятия по авторской методике психолого-педагогического сопровождения личности в художественной гимнастике на этапе спортивной специализации существенно положительно влияют на формирование у спортсменок толерантности к неопределенности, личностной тревожности, использованию негативных копинг-стратегий, жизнестойкости, избирательности и концентрации и устойчивости внимания, субъективному контролю.



Учись побеждать!

**Благодарим за внимание!**



Учись побеждать!

# **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ**

**Абдуллаева Мадина Мансуровна**

Выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация)

Научный руководитель:  
И.Г.Хурамшин