

взаимодействию с внешним миром, несет ответственность за собственные эмоции, реакции, поведение, а значит, он может быть менее агрессивным. Если педагог менее эмоционально стабилен, то ему сложнее управлять своими положительными и отрицательными эмоциями, он может испытывать более сильный негативный отклик на происходящие события, а значит, он может быть более агрессивным, поскольку он плохо справляется с управлением эмоциями. Чем в большей степени педагог открыт новому опыту, тем в больше он может принимать неопределенность, новых людей, новые события, которые не вызывают в нем агрессивной реакции, он готов к восприятию нового.

ВЫВОДЫ

Цель исследования была достигнута – была изучена агрессивность в структуре личности педагога. Гипотеза исследования была подтверждена. Нам удалось показать, что существует взаимосвязь между агрессивностью педагога и такими личностными характеристиками, как экстравертность, дружелюбие, добросовестность, эмоциональная стабильность, открытость новому опыту. Полученные результаты расширяют существующие представления об агрессивности в структуре личности педагога и смогут стать основой для разработки рекомендаций и программ по профилактике и снижению агрессивности у педагогов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Педагогическая агрессия: современные подходы к изучению и профилактике / О.М. Дolidovich, А.А. Машанов, Н.А. Гончаревич, А.А. Шарашкина // Научный диалог. – 2017. – № 10. – С. 311–323.
2. Реан А.А. (2016), Агрессия и виктимность в контексте семейной социализации / А.А. Реан // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2016. – № 4 (67). – С. 35–38.
3. Реан А.А. Протективные и провокативные семейные факторы агрессивного поведения детей и подростков / А.А. Реан, А.А. Ставцев // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология, Санкт-Петербург. – 2021. – № 11 (2). – С. 137–149.

REFERENCES

1. Dolidovich, O.M., Mashanov, A.A., Goncharevich, N.A. and Sharashkina, A.A. (2017), “Pedagogical aggression: modern approaches to study and prevention”, *Scientific dialogue*, No. 10, pp. 311–323.
2. Rean, A.A. (2016), “Aggression and victimization in the context of family socialization”, *Psychopedagogy in law enforcement agencies*, No. 4 (67), pp. 35–38.
3. Rean A.A. and Stavtsev, A.A. (2021), “Protective and provocative family factors of aggressive behavior in children and adolescents”, *Bulletin of St. Petersburg University. Psychology*, No. 11 (2), pp. 137–149.

Контактная информация: bulaevd@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 15.09.2023

УДК 159.9.072

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ В СЛУЖЕБНО-ПРИКЛАДНОМ ВИДЕ СПОРТА «СЛУЖЕБНЫЙ БИАТЛОН»

Дмитрий Николаевич Воробьев, преподаватель, Владимирский юридический институт Федеральной службы исполнения наказаний России, Владимир; Михаил Сергеевич Демкин, преподаватель, Рязанский государственный медицинский университет имени Павлова, Рязань; Виктор Кенесович Сейсебаев, доцент, Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний России, Рязань

Аннотация

В данной статье рассматривается проблема психологической подготовленности спортсменов-биатлонистов, в частности психологические особенности личности спортсменов, которые

препятствуют либо способствуют достижению максимального результата на соревнованиях. В данной статье авторами предпринята попытка раскрыть основные причины отсутствия стабильности выступления на соревнованиях по служебному биатлону, а также даны рекомендации организации психологической работы тренера со спортсменами-биатлонистами по служебно-прикладному виду спорта «служебный биатлон» учитывая индивидуально-психологические особенности каждого спортсмена.

Ключевые слова: служебный биатлон, служебно-прикладной вид спорта, спортсмен, личность, психологические особенности спортсмена, федеральные органы исполнительной власти, психологическая подготовка.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.09.p544-547

INDIVIDUAL-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE PERSONALITY OF ATHLETES IN THE SERVICE-APPLIED KIND OF SPORT «SERVICE BIATHLON»
Dmitry Nikolaevich Vorobyov, teacher, Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia; Mikhail Sergeevich Demkin, teacher, Pavlov Ryazan State Medical University; Viktor Kenesovich Seisebaev, docent, Academy of Law and Administration of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan

Abstract

This article deals with the problem of the psychological readiness of biathletes, in particular, the psychological characteristics of the personality of athletes that prevent or contribute to achieving the maximum result in competitions. In this article, the authors attempted to reveal the main reasons for the lack of stability in performance at competitions in service biathlon, and also gave recommendations for organizing the psychological work of a coach with biathletes in the service-applied sport «service biathlon», taking into account the individual psychological characteristics of each athlete.

Keywords: service biathlon, service-applied sport, athlete, personality, psychological characteristics of an athlete, federal executive authorities, psychological preparation.

В настоящее время в Федеральной службе исполнения наказаний Российской Федерации (далее – ФСИН России) большое внимание уделяется служебно-прикладным видам спорта, к числу которых также относится служебный биатлон, который представляет собой объединение двух разных видов спорта: кроссового бега и стрельбы из боевого ручного стрелкового оружия. Соответственно в служебном биатлоне побеждает не тот, кто быстрее преодолевает дистанцию или точнее стреляет, а тот, кто лучше это делает в комплексе. В связи с чем подготовка к стартам по служебному биатлону довольно специфична. Ввиду того, что необходимо проведение не только беговых и стрелковых тренировок, а также большое внимание должно уделяться комплексным тренировкам (беговая тренировка с вкраплениями элементов стрельбы).

При построении тренировочного процесса, безусловно, важным фактором выступает систематичность. Когда одна тренировка является по своей специфике продолжением предыдущей и началом следующей. В случае если спортсмен тренируется по настроению и в зависимости от внешних факторов, сложно говорить о планировании, можно лишь констатировать, что тренировочный процесс носит хаотичный характер.

Достижение стабильности в спорте возможно только в том случае, если есть хорошо отлаженная система подготовки спортсмена, которая включает в себя: физическую, техническую, тактическую, психологическую, интеллектуальную. Безусловно некоторые виды подготовки преобладают. Например, такие виды подготовки как физическая и психологическая имеют большее значение в подготовке, чем интеллектуальная. Поскольку они являются фундаментом построения спортивного результата, а интеллектуальная – «облицовочный материал».

Ввиду того, что на соревнованиях по служебному биатлону необходимо неоднократное переключение с циклического вида деятельности на статический (изменение функций внутренних органов, т. е. органов кровообращения, дыхания, и т. д. потребность в которых

возникает при перестройке с бега на стрельбу и наоборот) встает вопрос о большом значении стрессоустойчивости спортсмена. Именно поэтому при подготовке спортсменов-биатлонистов большое внимание должно уделяться психологической подготовке, учитывая индивидуально-психологические особенности каждого спортсмена-биатлониста.

Все люди разные и невозможно организовать тренировочный процесс подстраивая спортсменов-биатлонистов под шаблон. Как раз тренировочный процесс необходимо подгонять под каждого спортсмена учитывая его индивидуальные особенности (физические, психологические качества).

На первом этапе организации тренировочного процесса происходит:

1) изучение личности спортсмена-биатлониста: наблюдение; индивидуальные беседы; беседы с другими спортсменами и иными лицами, имеющими непосредственный контакт со спортсменом и т. д.;

2) выявление сильных и слабых индивидуально-психологических особенностей спортсмена: чувство превосходства, (не) уверенность, упорство, настойчивость, работоспособность, активность, решительность, стрессоустойчивость, тревожность и т. д.

После выявления качеств психики спортсмена происходит дальнейшее построение тренировочного плана с дополнением индивидуальных мероприятий в отношении каждого спортсмена-биатлониста. Безусловно, невозможно каждому спортсмену-биатлонисту организовать тренировочный процесс индивидуально на 100%, ввиду того что тренерский штаб минимален, а спортсменам-биатлонистам для повышения своего спортивного профессионализма необходим спарринг-партнер либо тренировочная группа. Необходимо лишь в рамках подготовки группы уделять внимание каждому спортсмену в рамках, необходимых для максимальной психологической подготовленности.

Тренировочный процесс заключается в том, что тренер должен научить спортсмена организовывать свой тренировочный процесс самостоятельно. Не стоит допускать того, чтобы спортсмен делал все бездумно. Необходимо заставить спортсмена думать, для чего он совершает то или иное действие. Чего ему не хватает? На что следует обратить внимание? В какой части тренировочного процесса необходимо добавить продолжительности?

Важным элементом психологической подготовки спортсменов-биатлонистов является способность чувствовать свое тело, свое ментальное состояние, четко ощущать границу между тренировкой и восстановлением.

В связи с чем при организации тренировочного процесса необходимо учитывать индивидуально-психологические особенности личности каждого спортсмена и применять следующие элементы психологической подготовки:

1. Волевая подготовка:

– регулярная обязательная реализация тренировочных программ и соревновательных установок (воспитание спортивного трудолюбия);

– внедрение в тренировочный процесс дополнительных трудностей (стрельба на скорость, дуэльная стрельба, бег по пересеченной местности и т. д.);

– использование соревновательного метода (проведение контрольных тренировок, участие в соревнованиях по стрельбе, бегу);

– постепенное увеличение функции самовоспитания на основе самопознания (тренер должен научить спортсмена думать).

2. Формирование мотивации:

– тренер должен найти то, что заставит спортсмена тренироваться каждый день с желанием исключая (подавляя) угасание мотивации, к которой относятся: однообразные тренировки, слишком тяжелая (легкая) тренировочная нагрузка, плохой психологический климат в коллективе, страх провала, деструктивная критика тренера и т. д.

3. Формирование уверенности в себе:

– недостаточная уверенность в себе влечет к увеличению чувства тревожности, неуверенности, переоценке сил соперника, снижению мотивации;

– чрезмерная уверенность в себе также ведет к негативным последствиям: переоценке собственных сил, недостаточной подготовке к соревнованиям и т. д.

4. Идеомоторная (аутогенная) тренировка:

– Важный элемент в процессе восстановления и формирования «здоровой» уверенности в своих силах.

5. Совершенствование реагирования:

– Спортсмена необходимо научить правильно реагировать на «соревновательный исход». Безусловно, это касается негативной стороны – проигрыша, несоответствия ожиданиям, поставленным целям. Спортсмен должен помнить то, что любой результат – опыт, из которого всегда необходимо делать вывод. Положительный (отрицательный) опыт, необходимо понять, что поспособствовало и ни в коем случае не «бросать на полку» не проанализировав. Это грубая ошибка.

Современный спорт предъявляет чрезвычайно высокие требования к спортсменам как в физическом плане, так и психологическом. Поэтому одной из наиболее важных характеристик личности спортсмена является стрессоустойчивость. Главное выявить слабые стороны и направить деятельность на их «прокачку». Тем более, когда мы говорим о таком виде спорта как «служебный биатлон», в котором существует огромное психологическое давление на спортсмена. Большую ответственность, в воспитании спортсмена высокого класса, несет тренер. От того как он организует тренировочный процесс зависит наличие стабильности в результате либо «надежде на удачу».

ЛИТЕРАТУРА

1. Вяткин А.П. Особенности психологической подготовки спортсменов по служебно-прикладному виду спорта «служебный биатлон» / А.П. Вяткин, А.В. Зверев, В.Я. Кулеев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 8 (210). – С. 454–456.

2. Николаев Д.В. Влияние эмоциональной устойчивости личности спортсмена на успешность соревновательной деятельности / Д.В. Николаев, О.В. Богрянцов, Р.Ю. Полуниин // Современные проблемы и перспективы развития агропромышленного комплекса : сборник статей по итогам международной научно-практической конференции. – Саратов : Амирит, 2019. – С. 691–694.

3. Палий В.И. Связь индивидуально-психологических особенностей личности спортсмена и успешности его профессиональной деятельности / В.И. Палий, В.А. Сохликова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 296–299.

REFERENCES

1. Vyatkin, A.P., Zverev, A.V., and Kuleev, V.Ya. (2022), “Peculiarities of psychological training of athletes in the service-applied sport «service biathlon»”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 8 (210), pp. 454–456.

2. Nikolaev, D.V., Bogryantsov, O.V. and Polunin, R. Yu. (2019), “Influence of emotional stability of the athlete’s personality on the success of competitive activity”, *Modern problems and prospects for the development of the agro-industrial complex*, Saratov, pp. 691–694.

3. Paliy, V.I. and Soklikova, V.A. (2017), “The connection between the individual psychological characteristics of an athlete’s personality and the success of his professional activity”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 3 (145), pp. 296–299.

Контактная информация: vladimir.kuleeff@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 08.09.2023

УДК 159.937.015

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМПАТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ

Ирина Сергеевна Ганишина, доктор психологических наук, доцент, Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний, Рязань; Виктория Викторовна