



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

участника 45-й научной конференции студентов и молодых ученых академии,  
посвященной 90-летию со дня основания учебного заведения физической  
культуры в п. Малаховка

Награждается

***Понарина Лилия Александровна***  
***студентка группы 8212***

***Научный руководитель: Усманова Зухра Тагировна, к.псх.н., доцент  
ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической  
культуры, спорта и туризма»***

***за лучший научный доклад в номинации***

**«За вклад в исследование акмеологических  
проблем в спорте»**

***Настоящее Свидетельство даёт приоритетное право на вступление в  
члены студенческого сообщества Ассоциации спортивных психологов.***

Президент АСП



*Л. Чулева*

Москва  
24 апреля 2021

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФГБОУ ВО «МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Психолого-педагогические аспекты  
физической культуры и спорта:  
актуальные вопросы и пути их решения

Материалы статей открытого межвузовского конкурса  
научно-исследовательских работ  
среди студентов и молодых ученых

(в рамках программы  
45-ой Юбилейной научной конференции  
студентов и молодых ученых МГАФК)  
21-24 апреля 2021г.

МАЛАХОВКА 2021

**УДК 796:654**

**ББК 75.1**

**И 74**

*Редактор-составитель:*

**Буторин В.В.** – к.п.н., доцент,

*Рецензенты:*

**Дунаев К.С.** – д.п.н., профессор  
(ФГБОУ ВО МГАФК)

**Никитина Е.Д.** – к.п.н., профессор  
(ФГБОУ ВО МГАФК)

**И 74** Психолого-педагогические аспекты физической культуры и спорта: актуальные вопросы и пути их решения: материалы статей открытого межвузовского конкурса научно-исследовательских работ среди студентов и молодых ученых /в рамках программы 45-ой Юбилейной научной конференции студентов и молодых ученых МГАФК, 21-24 апреля 2021г. / Московская государственная академия физической культуры ; ред.-сост. В. В. Буторин. – Малаховка, 2021. – 244 с.

**ISBN 978-5-00063-050-1**

В сборнике представлены материалы статей открытого межвузовского конкурса научно-исследовательских работ среди студентов и молодых ученых, проводимого в рамках программы 45-ой Юбилейной научной конференции студентов и молодых ученых МГАФК, проходившей 21-24 апреля 2021 г. В него вошли публикации по следующим направлениям: Современные средства и методы психодиагностики в физической культуре и спорте. Психологические аспекты здорового образа жизни, стиля жизни. Психолого-педагогические аспекты воспитания спортсменов и студенческой молодёжи. Организация и содержание психологической подготовки в детско-юношеском спорте. Психолого-педагогические аспекты в профессиональной деятельности тренера. Психологическое сопровождение высококвалифицированных спортсменов.

Сборник предназначен для широкого круга специалистов в сфере физической культуры и спорта, преподавателей вузов, тренеров, аспирантов и студентов.

*Материалы публикуются в авторской редакции.*

**УДК 796:654**

**ББК 75.1**

**ISBN 978-5-00063-050-1**

© ФГБОУ ВО «Московская государственная академия физической культуры», 2021

4. Didymus F., Fletcher D. Swimmers' Experiences of Organizational Stress: Exploring the Role of Cognitive Appraisal and Coping Strategies. *Journal of Clinical Sport Psychology*. 2014;8:159–183.

5. Kohda Y, Monma T, Yamane M, et al. Sostoyanie psichicheskogo zdorov'ya i svyazannye s etim faktory u slabovidyashchih sportsmenov. *ZHurnal klinicheskikh issledovaniy mediciny*. 2019 noyabr'; 11 (11): 729-739.

6. Raedeke T.D., Smith A.L. *Fitness Information Technology*; Morgantown, West Virginia: 2009. *The Athlete Burnout Questionnaire Test Manual*.

**УДК: 796.01:159.9**

### **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ТРЕНЕРОВ И БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ ПО ФУТБОЛУ**

*Понарина Л.А., Фадеева И.А., бакалавриат, физкультурное образование, 3 курс,*

*Усманова З. Т., доцент кафедры педагогики и психологии, кандидат психологических наук,*

*Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, (ФГБОУ ВО ПГУФКСиТ), РФ*

**Аннотация.** В статье рассматривается значимость эмоционального интеллекта для тренеров и будущих тренеров по футболу, которые работают в условиях эмоциональной нестабильности и стресса. В ходе исследования был проведён сравнительный анализ, который показал, что 35% тренеров имеют средний уровень эмоционального интеллекта, 35% – очень высокий уровень, 30% – высокий уровень, низкий уровень не выявлен. У будущих тренеров выявлены следующие уровни: средний – 33%, очень высокий – 30%, высокий уровень – 10%, низкий и очень низкий уровни эмоционального интеллекта – 15% и 12% соответственно. Выявленные факты позволяют говорить о необходимости организации психолого-педагогической работы с будущими тренерами, поскольку эмоциональная устойчивость является одним из компонентов успешной деятельности тренера и спортсмена.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, тренер по футболу.

### **EMOTIONAL INTELLIGENCE OF COACHES AND FUTURE FOOTBALL COACHES**

*Ponarina L. A., Fadeeva I. A., Bachelor of Physical Culture, 3rd year,  
Usmanova Z. T., Associate Professor of the Department of Pedagogy and  
Psychology, Candidate of Psychological Sciences,  
Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism,  
Russia Federation.*

**Annotation.** The article discusses the importance of emotional intelligence for coaches and future football coaches who work in conditions of emotional instability and stress. In the course of the study, a comparative analysis was conducted, which showed that 35% of coaches have an average level of emotional intelligence, 35% - a very high level, 30% - a high level, a low level was not detected. The following levels were found in future coaches: average-33%, very high-30%, high - 10%, low and very low levels of emotional intelligence-15% and 12%, respectively. The revealed facts allow us to speak about the need to organize psychological and pedagogical work with future coaches, since emotional stability is one of the components of the successful activity of a coach and an athlete.

**Keywords:** emotional intelligence, football coach.

**Введение.** Проблема влияния эмоционального интеллекта на эффективность профессиональной деятельности тренера является одной из самых актуальных и значимых в спортивной психологии. Однако исследований по данной теме не так много.

М.К. Гасанпур (2014), Е. И. Берилова (2015) считают, что изучение эмоционального интеллекта в спорте тесно связано со спецификой спорта, насыщенного стрессом от соревновательных ситуаций. С одной стороны, это предполагает развитие у спортсменов высокого уровня самоконтроля эмоций, а с другой - наличие у тренера умения управлять эмоциональными состояниями спортсменов [1, 2, 3].

Причинами эмоциональной напряжённости выступают излишняя мотивация, чувство ответственности и выраженное ощущение высокой тревожности [6, 7].

Е.И. Бериловой, В.Р. Малкиным и Л.Н. Роголевой были получены противоречивые сведения о влиянии занятий спортом на развитие эмоционального интеллекта [1, 5]. Кандидат психологических наук, доцент Е.И. Берилова в своей статье «Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости у спортсменов разного пола» (2015) утверждает, что спорт оказывает существенное влияние на развитие эмоционального интеллекта [1].

В.Р. Малкин рассматривал эмоциональный интеллект как совокупность эмоциональных и когнитивных навыков, обеспечивающих социально-психологическую адаптацию личности [5].

В.Р Малкин. и Л.Н. Роголева в работе «Изучение влияния спорта на эмоциональный интеллект студентов-спортсменов» (2017) установили, что развитие эмоционального интеллекта не связано напрямую со спортивными занятиями, поэтому спорт еще не является гарантией тренировки эмоционального интеллекта [5]. Различие в подходах к изучению эмоционального интеллекта, и недостаточная проработка этой проблемы в спорте определило выбор цели нашего исследования [8].

**Цель исследования.** выявить эмоциональный интеллект тренеров по футболу и студентов, обучающихся в Поволжском государственном университете физической культуры, спорта и туризма по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность Спортивная тренировка в избранном виде спорта - футбол.

**Методы и организация исследования.** Для изучения уровня эмоционального интеллекта (ЭИ) у студентов и тренеров нами был использован опросник «Эмоциональный интеллект», разработанный Д. В. Люсиным [4]. Тест состоит из 46 вопросов.

Эмпирическую базу исследования составили 25 студентов Поволжской ГУФКСиТ направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность Спортивная тренировка в избранном виде спорта – футбол (n=25) и 25 тренеров (n=25), работающих в МБДОУ «Детский сад № 99 комбинированного вида Ново-Савиновского района г. Казани», Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №184 им. М.И. Махмутова», Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Лицей № 177».

#### **Результаты исследования и их обсуждение.**

В ходе изучения уровня развития эмоционального интеллекта тренеров было выявлено, что 35% имеют средний уровень ЭИ, 35% – очень высокий уровень, 30% – высокий уровень, низкий уровень не выявлен.

Большинство тренеров (65%) имеют высокий уровень эмоционального интеллекта. Это означает, что у них нет серьезных трудностей в распознавании эмоций как окружающих, так и своих собственных. Тренеры с высоким уровнем эмоционального интеллекта не только способны управлять своими эмоциями, но также сосредоточены на развитии самоконтроля у своих учеников, особенно в ситуациях соревновательного стресса.

Тренеры со средним уровнем ЭИ достаточно эффективно взаимодействуют со спортсменами в нормальных условиях, но в условиях неблагоприятного эмоционального состояния эффективность их взаимодействия с окружающими снижается. Поэтому данной категории тренеров рекомендуется работать над контролем собственных эмоций, чтобы найти причину своих эмоциональных состояний, что поможет повысить эффективность профессиональной деятельности.

У будущих тренеров выявлены следующие уровни: средний – 33%, очень высокий – 30%, высокий уровень – 10%, низкий и очень низкий уровни эмоционального интеллекта – 15% и 12% соответственно.

При сравнении показателей эмоционального интеллекта тренеров и будущих тренеров по футболу выявлено, что общий уровень эмоционального интеллекта действующих тренеров находится на более высоком уровне.

Это особенно заметно во внутриличностном эмоциональном интеллекте и в способности понимать эмоции других людей. Этот факт можно объяснить не только возрастными особенностями, но и спецификой деятельности тренера, которая предполагает управление спортсменами и необходимость работать в условиях психического напряжения.

Полученные данные на наш взгляд дают основание для проведения дальнейших исследований влияния спорта на развитие эмоционального интеллекта тренеров и будущих тренеров по футболу.

**Выводы.** Тренеры по футболу обладают более высоким уровнем эмоционального интеллекта по сравнению с будущими тренерами. При этом 35% тренеров и 33% будущих тренеров обладают средним уровнем эмоционального интеллекта. Выявленные факты позволяют говорить о необходимости организации психолого-педагогической работы с будущими тренерами, поскольку эмоциональная устойчивость является одним из компонентов успешной деятельности тренера и спортсмена [7].

Полученные данные служат основой для дальнейших исследований по изучению эмоционального интеллекта тренеров. Поэтому необходимо проводить мероприятия по развитию эмоционального интеллекта в связи с высокой важностью этой личностной характеристики в профессиональной деятельности.

#### **Список использованных источников.**

1. Берилова, Е.И. Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости у спортсменов разного пола / Е.И. Берилова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 2. – С. 144–145.

2. Гасанпур, М.К. Сравнение эмоционального интеллекта у студентов-спортсменов и не спортсменов с точки зрения его роли в управлении индивидуальными и социальными эмоциями / М.К. Гасанпур // Вектор науки ТГУ. серия: педагогика, психология. – 2014. – №1(16). – С. – 46–48.

3. Киселева, Т.С., Эмоциональный интеллект как жизненный ресурс человека / Т.С. Киселева, Е.А. Сергиенко // Инновации и инвестиции. – 2015. – № 4. – С. 45–49.

4. Люсин, Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Изд-во «ИП РАН», 2004. – С. 29–39.

5. Малкин, В.Р. Изучение влияния спорта на эмоциональный интеллект студентов-спортсменов / В.Р. Малкин, Л.Н. Роголёва, Я.А. Бридрихина // Международный студенческий научный вестник.-2017. - №4.- С.1195-1197.

6. Петровская, Т. В. Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – № 4. – С. 60–63.

7. Усманова, З.Т. Психологическое сопровождение юных хоккеистов на начальном этапе спортивной карьеры / З.Т. Усманова. – Казань: Центр инновационных технологий, 2019. – 132 с.

8. Mayer, j. D., Salovey, P., & Caruso. Emotional intelligence as zeitgeist, as personality, and as a mental ability // The handbook of emotional intelligence: theory, development, assessment, and application at home, school and in the work place. – 2000. – P. 92–117.

### **References:**

1. Berilova, E.I. Emocional'nyj intellekt kak faktor stressoustojchivosti u sportsmenov raznogo pola // Materialy nauchnoj i nauchno-metodicheskoj konferencii professorsko-prepodavatel'skogo sostava Kubanskogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoj kul'tury, sporta i turizma. – 2015. – № 2. – S. 144–145.

2. Gasanpur, M.K. Sravnenie emocional'nogo intellekta u studentov-sportsmenov i ne sportsmenov s toчки zreniya ego roli v upravlenii individual'nymi i social'nymi emociyami // Vektor nauki TGU. seriya: pedagogika, psihologiya. – 2014. – №1(16). – S. – 46–48.

3. Kiseleva, T.S., Sergienko E.A. Emocional'nyj intellekt kak zhiznennyj resurs cheloveka // Innovacii i investicii. – 2015. – № 4. – S. 45–49.



4. Lyusin, D.V. Sovremennyye predstavleniya ob emocional'nom intellekte // Social'nyj intellekt: Teoriya, izmerenie, issledovaniya / pod red. D.V. Lyusina, D.V. Ushakova. – M.: Izd-vo «IP RAN», 2004. – S. 29–39.
5. Malkin, V.R., Rogolyova L.N., Bridihina YA.A. Izuchenie vliyaniya sporta na emocional'nyj intellekt studentov-sportsmenov // Mezhdunarodnyj studencheskij nauchnyj vestnik.-2017. - №4 .- S.1195-1197.
6. Petrovskaya, T. V. Emocional'nyj intellekt i sorevnovatel'naya trevozhnost' sportsmenov // Nauka v olimpijskom sporte. – 2015. – № 4. – S. 60–63.
7. Usmanova, Z.T. Psihologicheskoe soprovozhdenie yunyh hokeistov na nachal'nom etape sportivnoj kar'ery / Z.T. Usmanova. – Kazan': Centr innovacionnyh tekhnologij, 2019. – 132 s.
8. Mayer, j. D., Salovey, P., & Caruso. Emotional intelligence as zeitgeist, as personality, and as a mental ability // The handbook of emotional intelligence: theory, development, assessment, and application at home, school and in the work place. – 2000. – P. 92–117.

**УДК: 159.9**

## **ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОФИЛАКТИКИ ШКОЛЬНОЙ ТРАВЛИ**

*Соловьева А. А., бакалавриат, психолого-педагогическое образование, 2 курс, Московская государственная академия физической культуры (ФГБОУ ВО МГАФК), РФ.*

**Аннотация.** Статья посвящена моделированию профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста ее обоснованию и описанию. Одной из форм деструктивного конфликтного взаимодействия является буллинг. Он отличается остротой и длительностью последствий, проявляющихся у всех его участников. Буллинг в школьной среде негативно отражается на развитии личности подростка.

**Ключевые слова:** буллинг; подростковый возраст; профилактика; агрессия.

## **PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE PREVENTION OF SCHOOL BULLYING**

*Soloveva A. A., bachelor's degree, psychological and pedagogical education, 2th year, Moscow State Academy of Physical Education (MGAFK), Russian Federation.*