Структурное подразделение Центр по работе с одаренными детьми в области физической культуры и спорта муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» Сузунского муниципального округа Новосибирской области

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «ЦРФКС»
_____А.В. Головкин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся

структурного подразделения «Центр по работе с одаренными детьми в области физической культуры и спорта» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» Сузунского муниципального округа Новосибирской области

на 2026–2027 учебный год

Составила:
педагог-психолог
Горбачева Ольга Григорьевна

р.п. Сузун, 2026 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся структурного подразделения «Центр по работе с одарёнными детьми в области физической культуры и спорта» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» Сузунского муниципального округа Новосибирской области (далее – Программа, ЦОД) определяет основные цели, задачи, принципы, направления, формы и содержание деятельности педагога-психолога на 2026–2027 учебный год.

Психолого-педагогическое сопровождение рассматривается как система мероприятий, направленных на обеспечение психологической безопасности, личностное развитие обучающихся, их адаптацию к учебно-тренировочному и соревновательному процессам, развитие мотивации, эмоционально-волевой сферы, навыков саморегуляции и конструктивного взаимодействия.

Спортивная школа, являясь учреждением дополнительного образования, создаёт условия для физического, интеллектуального, нравственного и личностного развития обучающихся, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, социальной адаптации и поддержки детей, проявляющих выдающиеся способности. Деятельность педагога-психолога является составной частью образовательного процесса и осуществляется во взаимодействии с администрацией, тренерами-преподавателями, педагогическими работниками и родителями (законными представителями).

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» дополнительное образование направлено, в том числе, на развитие способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом и нравственном совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, социальную адаптацию, профессиональную ориентацию, выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности.

Возраст обучающихся, охватываемых Программой, – от 8 до 18 лет.

1.1. Нормативно-правовые и методические основания

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции).
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в действующей редакции).
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в действующей редакции).

- Приказ Минпросвещения России от 06.11.2024 № 778 – в части нормативного регулирования деятельности по оказанию психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи.
- Письмо Минпросвещения России от 26.03.2026 № АБ-1145/07 «О реализации статьи 42 Федерального закона № 273-ФЗ».
- Устав МБУ ДО «ЦРФКС» и локальные нормативные акты учреждения.

При разработке и реализации Программы учитывается, что психолого-педагогическая помощь обучающимся оказывается педагогом-психологом образовательной организации в рамках установленной компетенции. Коррекционно-развивающая и иная психологическая работа не подменяет медицинскую помощь и осуществляется с соблюдением требований к защите прав и законных интересов несовершеннолетних.

1.2. Актуальность

В спорте, как и в других областях деятельности человека, также существует проблема выявления одарённых детей. Кого считать одарённым ребёнком: чьи показатели выше среднестатистических данных? Или кто регулярно показывает высокие спортивные результаты? И тот, и другой может быть успешен в результате постоянных тренировок, работы над собственными навыками, развития специальных способностей. Но можно ли перечисленные параметры приравнивать к одарённости? Ведь двигательная (физическая) одарённость, проявляемая в спортивной деятельности, раскрывает в себе совокупность высокоразвитых психофизиологических, морфологических и функциональных особенностей человека, отвечающих требованиям спортивной специализации. Все, входящие в структуру двигательной (физической) одарённости, компоненты должны составлять целостную функциональную систему, взаимодействовать друг с другом. Чем больше этих компонентов имеется у человека, тем он более одарён. Наличие какой-либо одной способности (или даже нескольких способностей) без антропометрических задатков или наличие последних без способностей ещё не делает человека одарённым в физической деятельности.

Спортивная деятельность предъявляет к ребёнку повышенные требования к эмоциональной устойчивости, мотивации, способности принимать решения, переносить неудачи, взаимодействовать с тренером и членами команды, сохранять работоспособность в условиях тренировочных и соревновательных нагрузок. Поэтому психологическое сопровождение должно быть системным, возрастосообразным и ориентированным на профилактику трудностей.

Особое значение имеет сопровождение одарённых и перспективных обучающихся, поскольку высокие спортивные результаты требуют не только развития физических качеств и спортивного мастерства, но и формирования навыков саморегуляции, стрессоустойчивости, адекватной самооценки, целеполагания и конструктивного отношения к победам и поражениям.

Важным направлением является также взаимодействие с родителями (законными представителями) и тренерами-преподавателями: согласованность требований взрослых, своевременный обмен информацией и единый подход к поддержке ребёнка способствуют созданию благоприятной психологической среды.

1.3. Направления деятельности психолого-педагогического сопровождения в ЦОД Сузунского округа:

Работа с одарёнными и перспективными обучающимися:

- выявление и развитие одаренности;
- поддержка индивидуальных достижений;
- сопровождение профессионального самоопределения.

Сопровождение обучающихся «группы риска»:

- профилактика асоциального поведения;
- коррекция эмоционально-волевой сферы;
- поддержка в кризисных ситуациях.

Взаимодействие с родителями:

- консультирование по вопросам воспитания;
- просвещение в области психологии;
- содействие в решении семейных проблем.

Подготовка к итоговой аттестации:

- психологическая поддержка при подготовке к ЕГЭ и ГИА;
- развитие стрессоустойчивости;
- формирование навыков самоорганизации.

Сопровождение педагогического состава:

- повышение психологической компетентности;
- профилактика профессионального выгорания;
- развитие навыков эффективного взаимодействия.

Создание благоприятных условий:

- обеспечение психологической безопасности;
- формирование здоровьесберегающей среды;
- развитие личностного потенциала обучающихся.

Базисным элементом психолого-педагогической работы в ЦОД Сузунского округа выделяются этапы учебно-тренировочного, соревновательного процессов, которые рассматриваются, как наиболее значимые, существенно влияющие на успешность и перспективы дальнейшего психологического развития обучающихся. К этим периодам относятся наиболее полные и системно-организованные процессы,

сопровождающиеся работой психолога. Это период зачисления и адаптации в ЦОД Сузунского округа, процесс работы обучающегося в период тренировочных сборов, подготовки к соревнованиям и в период соревнований.

Данная Программа направлена на комплексное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, которое включает в себя: оценку текущего уровня психологической подготовленности, диагностику свойств и состояния личности, устойчивости к нагрузкам; развитие спортивного интеллекта, волевых и личностных качеств; формирование мотивации достижения; построение тактики предсоревновательной подготовки; психическую саморегуляцию; разработку индивидуальных программ психолого-педагогического сопровождения обучающихся ЦОД Сузунского округа.

2. Цель и задачи Программы

2.1. Цель - обеспечение системного психолого-педагогического сопровождения обучающихся ЦОД Сузунского округа в процессе тренировочной, соревновательной и образовательной деятельности, создание условий для их личностного развития, психологической безопасности, раскрытия спортивного потенциала и успешной социальной адаптации. Консультирование тренеров и родителей воспитанников по индивидуальным вопросам.

2.2. Задачи Программы.

Образовательные:

- формирование у обучающихся представлений о психологических закономерностях спортивной деятельности;
- обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, релаксации и восстановления;
- формирование навыков осознанного целеполагания и планирования деятельности.

Развивающие:

- развитие психических процессов: памяти, мышления, внимания, воображения, восприятия;
- развитие эмоционального интеллекта и способности распознавать собственные эмоциональные состояния;
- развитие уверенности в себе, ответственности, самостоятельности и лидерских качеств;
- развитие навыков конструктивного общения и командного взаимодействия.

Воспитательные:

- формирование гармонично развитой личности;
- воспитание нравственных и волевых качеств;

- формирование ответственного отношения к спортивной деятельности, сопернику, команде и собственному здоровью.

3. Принципы психолого-педагогического сопровождения

1. Принцип индивидуального подхода к ребенку с учетом его индивидуальных и возрастных особенностей.

2. Принцип превентивности: обеспечение перехода от принципа «скорой помощи» (реагирования на уже возникшие проблемы) к предупреждению возникновения проблемных ситуаций.

3. Принцип комплексности подразумевает соорганизацию различных специалистов, всех участников учебно-тренировочного процесса в решении задач психолого-педагогического сопровождения: тренеров-преподавателей, воспитателей, педагога-психолога, администрации, родителей (законных представителей).

4. Приоритет интересов и безопасности ребёнка – соблюдение прав и законных интересов обучающегося.

5. Принцип активной позиции ребенка, при котором главным становится не решить проблемы за ребенка, а научить его решать проблемы самостоятельно, создать условия для формирования у ребенка способностей к саморазвитию.

6. Принципы коллегиальности и диалогового взаимодействия обуславливают совместную деятельность субъектов психолого-педагогического сопровождения в рамках единой системы ценностей на основе взаимного уважения и коллегиального обсуждения проблем, возникающих в ходе реализации программ.

7. Принцип системности предполагает, что психолого-педагогическое сопровождение носит непрерывный характер и выстраивается как системная деятельность, в основе которой лежит внутренняя непротиворечивость, опора на современные достижения в области социальных наук, взаимосвязь и взаимообусловленность отдельных компонентов.

8. Конфиденциальность – соблюдение требований законодательства и профессиональной этики при работе с информацией о ребёнке и его семье.

4. Основные направления и содержание работы

Построение психолого-педагогического сопровождения основано на двух видах взаимодействия с обучающимися.

1. Индивидуальный подход. В системе спортивной тренировки особое внимание уделяется индивидуальному подходу работы с одарёнными детьми. Это относится и к психологической подготовке. Эффективность психологического воздействия связана с сугубо индивидуальными особенностями спортсменов.

2. Системный подход. Применение системного подхода обусловлено необходимостью иметь как можно больше информации о спортсмене со всех

сторон проявления его психических особенностей, личности, одарённости. Данная информация накапливается на всём протяжении спортивной деятельности.

4.1. Психолого-педагогическая диагностика. Психолого-педагогическая диагностика ставит своей целью изучение обучающегося и его возможностей. Сюда входит базовая психодиагностика, которая позволяет изучить потенциальные возможности обучающегося. Оцениваются индивидуальные особенности нервной системы, когнитивных процессов и волевой сферы. Для эффективной групповой работы актуальна оценка совместимости членов спортивной группы. Осуществляется в форме плановой диагностики или диагностики по обоснованному запросу обучающихся, администрации, тренеров-преподавателей и родителей (законных представителей) и рассматривается как важный подготовительный этап индивидуального и группового консультирования.

Выбор конкретной методики осуществляется педагогом-психологом с учётом возраста, целей диагностики, валидности и допустимости применения методики. Результаты используются для планирования сопровождения и не должны рассматриваться как медицинский диагноз.

4.2. Коррекционно-развивающая работа. Коррекционно-развивающая деятельность включает в себя работу по развитию основных психических функций, обучение приемам расслабления и мобилизации, тренинговую работу на этапе формирования коллектива, индивидуальную работу с обучающимися и тренерами-преподавателями. Проводится по итогам диагностических обследований и по обращению.

4.3. Психолого-педагогическая профилактика и просвещение. Психологическое просвещение - формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения участников учебно-тренировочной деятельности.

Психологическое консультирование часто затрагивает вопросы отношений с соперниками, соперничества в команде, межличностные отношения и отношения с противоположным полом.

Деятельность педагога-психолога направлена на достижение оптимальной психологической адаптации обучающихся к учебно-тренировочному процессу. Большое внимание уделяется созданию благоприятного психологического климата в командах. Применяется личностно-ориентированный подход к каждому обучающемуся. Сочетаются индивидуальные и групповые формы работы.

Основные формы работы:

- индивидуальное и групповое консультирование обучающихся, педагогов и родителей (законных представителей);

- коррекционно-развивающие занятия с обучающимися (тренинги, арт-техники);

- индивидуальная и групповая диагностика обучающихся (тестирование, наблюдение, рисуночные методики);

- наглядные формы работы (информационные стенды, памятки).

4.4. Психологическая подготовка к учебно-тренировочному и соревновательному процессам. Психологическая подготовка одарённых детей к учебно-тренировочному и соревновательному процессам направлена на формирование и совершенствование наиболее значимых для спортивной деятельности свойств личности, психических процессов, необходимых для успешного выполнения тренировочной деятельности, подготовки к соревнованиям и успешного выступления на них.

В рамках программы осуществляется анализ мотивации обучающихся к достижению успеха и оценка готовности обучающихся к соревнованиям, включая изучение трудностей, связанных с развитием быстроты реакции в учебно-тренировочном и соревновательном процессах. Предусмотрена работа по формированию умения осознанно оценивать собственные сильные и слабые стороны. Отдельное внимание уделяется регуляции эмоционального состояния: проводится сравнение самочувствия обучающихся до и после соревнований, реализуются меры по снижению напряжения и тревожности перед стартами, а также по оптимизации общей подготовки к соревновательной деятельности.

4.5. Компенсация негативных последствий (восстановление). Главная задача этой работы – способствовать эмоциональному восстановлению спортсменов после соревнований, а также на основе опыта прошедших выступлений создать психологические предпосылки дальнейшего совершенствования в новом соревновательном цикле.

При психологической работе с одарёнными детьми задействован широкий спектр разнообразных методов:

- метод наблюдения за поведением и проявлениями одарённых детей в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;

- метод беседы;

- метод тестирования, анкетирования;

- метод внушения и самовнушения;

- мониторинг психических состояний и развития личностных качеств одарённых детей.

4.6. Работа с тренерами-преподавателями, педагогами:

- повышение психологической компетенции педагогических работников;

- консультирование по вопросам возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;

- консультирование по вопросам мотивации и психологической подготовки к соревнованиям;

- рекомендации по оптимизации взаимодействия тренера-преподавателя и спортсмена;

- профилактика эмоционального выгорания;

- содействие формированию благоприятного психологического климата в спортивных группах.

4.7. Работа с родителями (законными представителями):

- консультирование по вопросам возрастных особенностей и психологического развития детей;

- формирование представлений о роли поддержки семьи в спортивной деятельности ребёнка;

- консультирование по вопросам мотивации, режима, эмоционального состояния и подготовки к соревнованиям;

- оказание психолого-педагогической поддержки при возникновении трудностей;

- информирование о возможных направлениях дальнейшей специализированной помощи при необходимости и в пределах компетенции.

4.8. Формы и методы работы

Основные формы работы педагога-психолога охватывают широкий спектр направлений и ориентированы на поддержку всех участников образовательного процесса — обучающихся, педагогов и родителей (законных представителей). Ключевым направлением является консультативная деятельность, реализуемая в индивидуальном и групповом форматах. Индивидуальные консультации помогают проработать личные трудности и сформировать адресные рекомендации. Групповые занятия способствуют формированию поддерживающей среды и развитию навыков взаимодействия.

Коррекционно-развивающая работа с обучающимися строится на сочетании структурированных тренинговых программ и творческих методов. Тренинги направлены на формирование конкретных навыков — саморегуляции, коммуникации, стрессоустойчивости, целеполагания. Арт-техники (рисование, коллажирование, работа с метафорами и образами) позволяют безопасно выразить эмоции, осознать внутренние конфликты и найти ресурсы для их преодоления.

Диагностический блок включает комплекс взаимодополняющих методов, что обеспечивает более полное представление об особенностях развития обучающегося. Диагностика (индивидуальная и групповая) проводится с помощью:

- стандартизированных тестов;
- систематического наблюдения за поведением и учебной деятельностью;

- проективных и рисуночных методик, раскрывающих глубинные переживания и особенности самовосприятия.

Такой многоуровневый подход позволяет не только выявлять зоны риска, но и фиксировать сильные стороны личности, а также отслеживать динамику изменений под влиянием психолого-педагогического сопровождения.

Просветительская работа реализуется в наглядных формах — информационные стенды, памятки. Они популяризируют психологические знания, повышают психологическую грамотность, доносят ключевые рекомендации в доступной форме, служат опорой в сложных ситуациях и мотивируют к использованию конструктивных стратегий поведения.

При сопровождении одарённых детей применяется особый методический комплекс, учитывающий специфику их когнитивного и эмоционального развития. Основу составляет метод наблюдения, который позволяет фиксировать проявления одарённости и особенности поведения в естественных и специально организованных условиях, в том числе в ситуациях повышенной нагрузки (например, в тренировочной и соревновательной деятельности).

Метод беседы помогает раскрыть внутренний мир ребёнка, его мотивацию, страхи и ожидания. Сочетание тестирования и анкетирования даёт количественные и качественные данные об уровне развития способностей, стиле мышления и особенностях личности. Особое внимание уделяется методам развития саморегуляции — в частности, техникам внушения и самовнушения. Они способствуют формированию навыков управления эмоциональным состоянием, повышают уверенность в своих силах и устойчивость к стрессу.

Завершающим и системообразующим элементом работы является мониторинг психических состояний и динамики развития личностных качеств. Регулярное отслеживание показателей позволяет своевременно корректировать программу сопровождения с учётом индивидуальных темпов развития.

5. Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание работы	Методики	Сроки
1. Организационно - методическая работа			
	Планирование работы по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся. Подготовка материалов для работы с обучающимися. Работа по повышению уровня профессиональной квалификации. Анализ результатов психолого-педагогического сопровождения обучающихся.	Планирование и подготовка: - диагностических мероприятий; - коррекционно-развивающих мероприятий. Посещение ММО педагогов-психологов. Посещение курсов по повышению квалификации. Анализ результатов реализации программы: сбор и обработка диагностических данных (первичная и итоговая диагностика).	В течение года
2. Психолого-педагогическая диагностика			
	Определить уровень сформированности УУД. Определить уровень удовлетворенности обучающихся условиями пребывания в школе. Выявление эмоционально-психологических особенностей обучающихся, вызывающих опасения у взрослых. Анализ уровня сформированности психологической готовности к выбору профессии. Выявление интеллектуально-личностных нарушений и корректировка поведения в стрессовых ситуациях. Анализ уровня выраженности тревожности в структуре личности. Выявление и уточнение причин возникновения той или иной проблемы, а также определение того, как проблема повлияла на психику и личность человека. Выявление уровня самооценки, определение её адекватности, исследование общей и частной	Методика «Изучение мотивов учебной деятельности студентов» (А.А. Реан, В.А. Якунин) Методика определения самооценки для обучающихся средних и старших классов Методика “Какой Я?” (определение уровня самооценки) Оценка эмоционального климата (методика «Фейс-тест») Опросник МОДТ (Многомерная оценка детской тревожности). Тест Шмишека «Акцентуации характера» Тест Г.Айзенка. Анкета «Оценка психологического климата»	Сентябрь, январь, май; по запросу

	самооценки. Исследование уровня проявления основных симптомов агрессии и враждебности.		
3. Коррекционно-развивающая работа			
	Создание условий для формирования у обучающихся реального представления о себе и своих возможностях. Анализ особенностей биологического возраста, темпа возрастных изменений и бессознательного регулирования состояния организма. Формирование навыков анализа и оценки информации, умения противостоять влиянию других людей, в том числе, в состоянии конфликта. Развитие умения распознавать и анализировать собственные эмоции и эмоции окружающих людей. Формирование и усиление общего командного духа путём сплочения группы людей. Оценка актуального психического состояния субъекта. Установление степени суицидального риска, выяснение сути экстремальной ситуации.	Тренинги на повышение самооценки: «Аплодисменты по кругу»; «Круг силы»; Работа с «зонами роста и сильными сторонами». Опросник детской депрессии» (CDI) М. Ковач «Шкала депрессии Бека» (подростковый вариант опросника) Тест Розенцвейга Тренинги: «Как научиться не унывать», «Все познается в сравнении», «Пойми меня». Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента личности.	В течение года
4. Психолого-педагогическая работа с детьми при подготовке к соревнованиям			
	Анализ особенностей мотивации в достижении успеха у обучающихся. Помощь спортсменам в познании своих положительных и отрицательных качеств. Снятие напряжения и тревожности перед соревнованиями. Изучение возникающих трудностей у обучающихся, связанных с развитием быстроты реакции в учебно-тренировочном и соревновательном процессах. Формирование умения различать и учитывать свои	«Работа со страхом»: преодоление страха травм и страха перед сильным соперником. «Техники быстрого восстановления»: обучение методам дыхательной гимнастики, мышечной релаксации (по Джекобсону) и аутогенной тренировки. «Управление гневом»: конструктивные способы выражения эмоций в процессе тренировки и соревнований. Методики: - «Анкета психической надежности»; - «Диагностика стресс-факторов спортивной	Сентябрь - май

	индивидуально-психологические особенности при выборе спортивной деятельности. Определение готовности спортсмена к предстоящим соревнованиям. Сравнение эмоционального состояния спортсмена до и после соревнований. Оптимизация процесса подготовки к соревнованиям и соревновательной деятельности. Предупреждение повышения уровня тревожности перед соревнованиями. Развитие умения осознанно оценивать собственные положительные и отрицательные качества.	деятельности»; - «Определение особенностей предсоревновательного состояния». «Мотивы занятия спортом» А.В. Шаболтас Шкала мотивационного состояния В.Ф. Сопова. Изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования – опросник Казанцевой Г. Н. – для раскрытия внутреннего потенциала спортсмена.	
5. Психолого-педагогическое просвещение			
	Выявление особенностей взаимоотношений в связке «тренер - спортсмен». Определение влияния результатов соревнований на взаимоотношения между тренером и спортсменом. Содействие в обеспечении оптимального психологического развития ребенка в соответствии с возрастными особенностями. Оказание психолого-педагогической помощи при возникновении трудностей. Ознакомление родителей с возрастными особенностями детей подросткового возраста. Оказание психологической помощи родителям в процессе подготовки ребенка к участию в соревнованиях. Помощь в формировании стереотипов поведения у детей, для беспроблемной социальной адаптации детей.	«Уголок психологической поддержки» (оформление в кабинете) Беседы с родителями детей «группы риска» Консультация «Возрастные и психологические особенности детей». Консультация «Влияние семьи на развитие и становление личности» «Психология одарённых детей и подростков».	В течение года

6. Психолого-педагогическая профилактика			
	Выявление особенностей психологического климата в коллективе. Развитие умения обучающихся определять способы выстраивания благоприятного психологического климата. Исследование степени вовлеченности семей в спорт и спортивную деятельность ребенка. Определить типы отношения родителей к ребенку – спортсмену. Оказание помощи родителям при возникновении трудных ситуаций.	Изучение взаимоотношений обучающихся с тренером – преподавателем. Профилактика киберпреступности несовершеннолетних и в отношении них. «Безопасность на дорогах. Безопасный вело- и мототранспорт». Проведение психологических консультаций по запросу.	В течение года

6. Планируемые результаты

В результате реализации Программы предполагается создание условий для положительной динамики психологической адаптации и развития обучающихся. Результаты оцениваются с учётом индивидуальной динамики, а не только количественных показателей.

Личностные результаты:

- сформированы системные знания о методах самопознания личности, включая понимание индивидуальных особенностей характера, темперамента и способностей;
- развиты навыки рефлексии собственного поведения и поступков;
- сформировано позитивное отношение к процессу обучения и познания.

Метапредметные результаты:

- самостоятельно определяют цели обучения, ставят и формулируют для себя новые учебные задачи;
- умеют соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- осуществляют самоконтроль деятельности в процессе достижения поставленных целей.

Предметные результаты:

- сформировано умение анализировать и оценивать сильные и слабые стороны своей спортивной деятельности;
- освоены методы регуляции эмоционально-волевой сферы в период соревнований;
- получены знания о психологических аспектах спортивной деятельности.

Результаты психологической подготовки спортсмена

- освоение доступных возрасту способов эмоциональной саморегуляции;
- развитие психологической готовности к тренировочным и соревновательным нагрузкам;
- умение применять отдельные техники восстановления и снижения напряжения;
- формирование навыков анализа собственных сильных сторон и зон развития.

Результаты взаимодействия со взрослыми

- повышение психологической компетентности тренеров-преподавателей и педагогов;

• формирование у родителей (законных представителей) представлений о значимости психологической поддержки ребёнка;

• повышение согласованности взаимодействия участников образовательного процесса;

• создание благоприятной психологической атмосферы в спортивных группах.

7. Мониторинг эффективности Программы

7.1. Цель и задачи мониторинга

Цель — системное отслеживание динамики психологического, личностного и спортивного развития обучающихся, а также оценка результативности психолого-педагогического сопровождения для своевременной корректировки форм и методов работы.

Задачи:

- оценивать динамику психологической подготовленности, личностного развития и психологического благополучия обучающихся на разных этапах тренировочного и соревновательного процессов;

- отслеживать уровень адаптации обучающихся к условиям обучения в Спортивной школе и учебно-тренировочного процесса;

- оценивать удовлетворённость участников образовательного процесса (обучающихся, родителей, тренеров-преподавателей, воспитателей) качеством психологического сопровождения;

- анализировать соответствие реализуемых мероприятий плану программы и выявлять зоны, требующие корректировки.

7.2. Критерии и показатели эффективности

Эффективность оценивается по четырём интегральным критериям.

№ п/п	Критерий	Показатели
1	Психологическая подготовленность	Уровень готовности к соревновательной деятельности; способность к саморегуляции предсоревновательного состояния; стабильность действий в сложных ситуациях; соответствие прогнозируемого результата фактическому.
2	Личностное развитие	Мотивация достижения успеха; выраженный интерес к избранному виду спорта; адекватность самооценки и уровня притязаний; развитая рефлексия; волевые качества (настойчивость, упорство, способность к самомобилизации); способность поддерживать концентрацию внимания.
3	Психологическое благополучие	Адекватный (низкий) уровень тревожности; оптимизм; низкий уровень непродуктивной

		напряжённости; социально-психологическая адаптивность; эмоциональный комфорт в тренировочной и соревновательной деятельности.
4	Эффективность взаимодействия	Психологический климат в команде (поведенческий, эмоциональный, когнитивный компоненты); согласованность самооценок и экспертных оценок готовности.

7.3. Методы и инструментарий мониторинга

№ п/п	Направление	Методики и инструменты
1	Адаптация к обучению в Спортивной школе	Анкета адаптации М.Р. Битяновой; методика изучения школьной мотивации Н.Г. Лускановой.
2	Психологический профиль личности	Тест Г. Айзенка; методика «Несуществующее животное»; методики изучения темперамента и характерологических особенностей.
3	Мотивация и ценностные ориентации	«Мотивы занятия спортом» (А. В. Шаболтас); методики изучения мотивации достижения успеха и избегания неудач.
4	Предсоревновательное состояние	«Самооценка предстартового состояния» (Волков); «Шкала мотивационного состояния» (Сопов)
5	Тревожность и эмоциональная сфера	«Личностная шкала проявления тревоги» Тейлор (адаптация Немчинова); методики оценки психоэмоционального состояния на тренировках и соревнованиях.
6	Волевые качества и саморегуляция	Изучение общей самооценки (Г. Н. Казанцева) - раскрытие внутреннего потенциала.
7	Социально-психологический климат	Социометрия; методика оценки психологического климата в коллективе

7.4. Этапы и периодичность мониторинга

№ п/п	Этап	Сроки	Содержание
1	Входная диагностика	Сентябрь–октябрь	Изучение исходного уровня адаптации, мотивации, психологического профиля, эмоционального состояния; выявление обучающихся «группы риска»; составление

			индивидуальных психологических карт
2	Предсоревновательная диагностика	Перед ключевыми соревнованиями (по календарю, плану мероприятий)	Оценка предсоревновательного состояния, уровня тревожности, готовности к выступлению; при необходимости — коррекционные мероприятия
3	Промежуточный мониторинг	Ноябрь–декабрь	Повторная диагностика по ключевым показателям; анализ динамики; корректировка индивидуальных маршрутов.
4	Итоговая диагностика	Май–июнь	Сравнительный анализ результатов с входными данными; оценка достижения планируемых результатов; подготовка аналитического отчёта; построение перспектив на следующий учебный год.

Формы фиксации результатов:

- индивидуальные психологические карты обучающихся;
- протоколы диагностических обследований;
- сводный ежегодный отчёт с сравнительным анализом по выполнению индикативных показателей.

Конфиденциальность: данные хранятся в соответствии с требованиями Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных». Доступ к индивидуальным результатам имеют только уполномоченные специалисты. Передача информации третьим лицам допускается только с согласия родителей (законных представителей) обучающегося.

7.5. Анализ результатов и принятие решений

По итогам мониторинга принимаются следующие решения:

- корректируются индивидуальные маршруты сопровождения обучающихся;
- вносятся изменения в план работы педагога-психолога (добавляются коррекционно-развивающие занятия, групповые тренинги, индивидуальные консультации);
- формируются рекомендации для тренеров-преподавателей и родителей (законных представителей);
- принимаются решения о включении или исключении обучающихся в группы повышенного внимания.

7.6. Ожидаемые результаты реализации мониторинга

По итогам реализации системы мониторинга предполагается достичь следующих результатов:

- создана система мониторинговых исследований личностных и спортивных результатов на всех этапах подготовки;
- построены индивидуальные спортивно-образовательные маршруты, способствующие личностному росту и спортивному прогрессу;
- повышена психолого-педагогическая компетентность тренеров-преподавателей и родителей (законных представителей);
- обеспечено своевременное выявление психологических трудностей и их профилактика;
- сохранено и укреплено психическое здоровье обучающихся;
- сформирована психологически безопасная образовательная среда в спортивной школе.

8. Организация работы и этические требования

8.1. Организация психолого-педагогического сопровождения

Цель: создание психолого-педагогических условий для личностного, интеллектуального и физического развития обучающихся, сохранения их психического здоровья и социального благополучия на всех этапах спортивной подготовки.

Сопровождение охватывает всех участников образовательного процесса:

- обучающихся Спортивной школы (от 8 до 18 лет);
- тренеров-преподавателей;
- родителей (законных представителей);
- воспитателей.

Документация. В рамках сопровождения ведётся следующая документация:

- журнал учёта видов работы педагога-психолога;
- протоколы диагностических обследований;
- индивидуальные психологические карты обучающихся (формируются по запросу и при наличии согласия);
- аналитический отчёт по итогам учебного года;
- журнал консультаций.

8.2. Этические требования

Работа педагога-психолога строится на следующих этических принципах:

1) Уважение личности — безоговорочное признание уникальности и ценности каждого участника образовательного процесса независимо от возраста, социального статуса, спортивных достижений, пола, национальности, религии, состояния здоровья.

2) Принцип «не навреди» — использование только научно обоснованных и безопасных методов работы; недопустимость давления, манипулирования, применения психологических техник, способных причинить вред обучающемуся.

3) Конфиденциальность — все данные, полученные в процессе работы (диагностические результаты, содержание консультаций, личная информация), хранятся в защищённом виде. Передача сведений третьим лицам допускается только с согласия участника, а в отношении обучающихся до 14 лет — с согласия родителей (законных представителей).

4) Добровольность — индивидуальная психологическая работа с обучающимся проводится с его согласия, а также с согласия родителей (законных представителей), за исключением ситуаций, связанных с угрозой здоровью и жизни.

5) Компетентность — педагог-психолог осуществляет деятельность строго в рамках своей квалификации, применяет только те методы, которым прошёл профессиональное обучение.

Правила взаимодействия с обучающимися:

- принимать ребёнка таким, какой он есть, учитывать его индивидуальные особенности;
- выстраивать коммуникацию с учётом возрастных и личностных особенностей обучающегося;
- формулировать рекомендации в корректной и доступной форме;
- проводить индивидуальную психологическую работу с ребёнком до 14 лет только с согласия родителей, за исключением случаев самостоятельного обращения ребёнка либо при наличии угрозы его здоровью;
- знакомить ребёнка с результатами диагностики начиная с 10-летнего возраста — с его согласия.

Правила взаимодействия с тренерами-преподавателями:

- выстраивать партнёрские отношения, основанные на взаимном доверии и уважении профессиональной позиции тренера;
- предоставлять рекомендации по учёту индивидуальных особенностей обучающегося в тренировочной и соревновательной деятельности;
- не разглашать содержание индивидуальных консультаций при передаче информации тренеру.

Правила взаимодействия с родителями (законными представителями):

- консультировать по вопросам развития, адаптации и выстраивания взаимоотношений с ребёнком;
- содействовать повышению психологической культуры родителей в вопросах воспитания и отношения к спортивной деятельности ребёнка;
- информировать о результатах диагностики с согласия ребёнка (начиная с 10 лет) в корректной форме, избегая оценочных суждений о личности родителя;

- соблюдать конфиденциальность: сведения, полученные от родителя, не используются при взаимодействии с другими семьями.

9. Список литературы и информационных источников

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции).
2. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в действующей редакции).
3. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в действующей редакции).
4. Приказ Минпросвещения России от 06.11.2024 № 778 – нормативные положения об организации деятельности по оказанию психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи.
5. Письмо Минпросвещения России от 26.03.2026 № АБ-1145/07 «О реализации статьи 42 Федерального закона № 273-ФЗ».
6. Бабушкин Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям. Омск: Изд-во СибГУФК, 2007.
7. Богоявленская Д.Б., Богоявленская М.Е. Психология одарённости. М.: Открытый университет, 2005.
8. Гогунов Е.В., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2000.
9. Дементьева Л.А. Диагностика детской одарённости. Курган, 2009.
10. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб., 2008.
11. Загайнов Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления. М.: Советский спорт, 2010.

Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению в установленном порядке. Дата: «31» августа 2026 г., протокол педагогического совета № 04.

Заместитель директора _____ А.В. Бурцева

Инструктор-методист _____ Л.В. Хорольская