

УДК 796.01:159.9

ОБОСНОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЛЮДЕЙ С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ПЛАВАНИЮ

Е.В. Гофман (Красноярск, Россия)

А.Н. Савчук (Красноярск, Россия)

Н.Е. Строгова (Красноярск, Россия)

Аннотация

Проблема и цель. В статье анализируются проблемы адаптации людей с ослабленным здоровьем и возвращения их в социум через физическое воспитание. Рассматриваются основные причины, которые мешают людям с ослабленным здоровьем жить качественной жизнью, заниматься физической культурой, спортом с учетом их заболевания и особенно с онкологией. Психолого-педагогическое сопровождение сегодня является не просто суммой разнообразных методов коррекционно-развивающей работы с человеком, у которого ослаблено здоровье, но выступает как комплекс действий, особая культура поддержки и помощи в решении задач обучения и социализации.

Цель статьи – обосновать особенности психолого-педагогического сопровождения людей с ослабленным здоровьем, в том числе больных онкологией, способствующие ведению здорового образа жизни и продлению активного спортивного долголетия. Выполнено исследование, в ходе которого изучались возможности улучшения здоровья заявленной группы людей через занятия одним из оздоровительных видов спорта. В частности, представленный подход применен для психолого-педагогического сопровождения людей с ослабленным здоровьем в тренировочном процессе по плаванию с тренером.

Методологию исследования составляют: систематизация и анализ теоретических и эмпирических данных по психолого-педагогическому сопровождению людей с ослабленным здоровьем, в том числе больных онкологией, в тренировочном процессе по плаванию.

Результаты. Исследование и применение психолого-педагогического сопровождения людей с ослабленным здоровьем, в том числе больных онкологией, в тренировочном процессе по плаванию с тренером позволило нам получить информацию о поведении человека, о поступках, которые он совершает в тех или иных ситуациях, и о том, как часто он это делает. С помощью опроса нами были получены данные о представлениях, оценках, целях, мотивах респондентов. Фиксирование результатов в течение нескольких лет и их сравнение помогли увидеть динамику успешности тренировочного процесса по плаванию с тренером. Занимающиеся стали более уверенными в себе и своих возможностях, страх перед болезнью заместился чувством успешности на соревнованиях, давая возможность раскрыться и позитивно вести активную жизнь, как социальную, так и спортивную.

Заключение. Предложенный в статье подход и применение психолого-педагогического сопровождения для людей с ослабленным здоровьем, особенно больных онкологией, в тренировочном процессе по плаванию с тренером предполагает продолжение исследования и будет раскрыт в последующих публикациях. Тренировка в бассейне с тренером дает людям с ослабленным здоровьем возможность правильно научиться плавать, а в дальнейшем при правильно рассчитанной нагрузке – шанс вылечиться, возможно, навсегда.

Ключевые слова: психолого-педагогическое сопровождение, люди с ослабленным здоровьем, физическое воспитание, физическая культура, физические нагрузки, тренировочный процесс, плавание, адаптационные возможности организма.

Гофман Елена Вениаминовна – аспирант кафедры теоретических основ физического воспитания института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина, КГПУ им. В.П. Астафьева; e-mail: elena-gofman@mail.ru

Савчук Александр Николаевич – кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры теоретических основ физического воспитания института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина, КГПУ им. В.П. Астафьева; Scopus ID: 57194698859; e-mail: savchuk.a.n@mail.ru

Строгова Наталия Евгеньевна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики, КГПУ им. В.П. Астафьева; ORCID: 0000-0002-4249-7727; e-mail: sne19@kspu.ru

Постановка проблемы. Современные тенденции адаптации людей с ослабленным здоровьем пересматривают устоявшиеся подходы к физической активности пациентов. Как правило, медицинские учреждения настоятельно рекомендовали пациентам, помимо основного лечения, беречь свои силы, исключая активные и, главное, посильные физические нагрузки. Сейчас можно уверенно констатировать – подобная под- сознательная установка стала неуместной. Доказательством служат результаты многочисленных исследований, проводимых с начала 1980-х гг. и по настоящее время в разных странах как с людьми с ослабленным здоровьем, так и с больными онкологией на всех стадиях данного заболевания, а также исследований, направленных на изучение профилактического воздействия физической активности на развитие злокачественных опухолей. Полученные результаты не были одинаково выраженными – прежде всего они зависели от месторасположения опухоли. Поразительным, однако, является то, что ни в одном из проведенных исследований не был зафиксирован негативный эффект [Sports- und Bewegungstherapie, 2023]. Одним из авторов статьи (Е.В. Гофман) при развитии данного направления исследований был создан оригинальный подход к физической реабилитации женщин, больных онкологией, основанный на психолого-педагогическом сопровождении людей на тренировках по плаванию с тренером. В исследовании участвовали пациенты с разными стадиями заболеваний онкологии, различным физическим и моральным состоянием, особенностями возраста, сложностью мотивации к ведению здорового образа жизни и большими психоэмоциональными нагрузками в социальной среде. Принципиальной особенностью предлагаемого подхода является ориентированность не только на спортсменов с ослабленным здоровьем, в частности больных онкологией, но и на тренеров, психологов, педагогов.

Методологию исследования составляют систематизация и анализ теоретических и эмпирических данных по психолого-педагогическому сопровождению людей с ослабленным здоровьем, в том числе больных онкологией, в трени-

ровочном процессе по плаванию. Исследование включает следующие этапы научной деятельности: наблюдение, опрос, эксперимент, измерение, сравнение и описание. Теоретические выводы подтверждены экспериментально. Созданы условия для проведения эффективных тренировок, разработаны методы динамической адаптации физической нагрузки в виде упражнений, дистанций на тренировке и пр. Проведен анализ результатов тестов, и выполнено структурирование собранного материала.

Обзор научной литературы по проблеме. Психолого-педагогическому сопровождению спортивной деятельности посвящено много публикаций. Для нашего исследования в этом направлении важными явились работы Н.А. Леонюк, М.С. Ковалевич [Леонюк, Ковалевич, 2020], А.Ф. Лопашовой [Лопашова, 2019], Е.С. Набойченко, М.В. Носковой [Набойченко, Носкова, 2021], Р.В. Ожигобесова [Ожигобесов, 2016], Л.Г. Уляевой, Е.В. Мельник, Е.В. Воскресенской [Уляева и др., 2014а]. Проблемам преодоления критических ситуаций спортсменами тоже уделяется большое внимание в научных исследованиях. В работах [Сытник, Андреев, 2019; Sun, 2021; Shutova et al., 2019; Sytnik, 2021] предложены психологические стратегии, позволяющие решать возникающие в спортивной практике проблемы. Авторским коллективом под руководством Л.Г. Уляевой [Уляева и др., 2014b; Уляева, 2017; Ulyeva et al., 2020] отмечается, что адаптационные возможности организма напрямую зависят от невротизации и эмоционального выгорания, которые, в свою очередь, приводят к истощению и отклонению в поведении человека и подрывают его не только психическое, но физическое здоровье. Однако данное исследование проводилось для спортсменов, не имеющих отклонений в физическом состоянии. Психологическое и физическое воздействие на людей с ослабленным здоровьем имеет свои особенности и требует создания нового подхода к психолого-педагогическому сопровождению. В работах [Симаева, Ецина, 2010; Курбатова и др., 2019; Ларионова, 2021; Камилова и др., 2021; Мельник, Корнева, 2012; Расулов, 2019; Stepchenko et al., 2017]

внимание сфокусировано на том, что первый этап психолого-педагогического сопровождения женщин с ослабленным здоровьем, больных онкологией или перенесших операцию по удалению злокачественной опухоли, основан на правильном подборе методов психокоррекции. Дальнейшая дифференциация программ должна проводиться и корректироваться с учетом корреляции в них индивидуально-личностных особенностей женщин представленных выше групп, их жизненной позиции и самооценки, с использованием соответствующих возможностей, желательно позитивных, окружающей их социосреды.

Проведенный анализ работ [Багадирова, 2020; Levkova et al., 2018; Maclellan, 2016] позволил заключить, что овладение психологической структурой спортивной деятельности является ресурсом профессиональной самореализации личности в спорте. Самореализация личности для лиц с ослабленным здоровьем имеет свои особенности и требует создания нового подхода к психолого-педагогическому сопровождению.

Результаты исследования. Экспериментальные исследования проводились путем тестирования женщин с ослабленным здоровьем и больных онкологией для выявления эмоционального состояния, стремления тренироваться, работать над собой и участвовать в соревнованиях. Для этой цели использовались следующие диагностические процедуры:

- изучение общей самооценки по опроснику № 1 Г.Н. Казанцевой «Раскрытие внутреннего потенциала спортсмена»;

- диагностика личности на мотивацию к успеху по методике Т. Элерса [Родионов, 2018].

Центральным участником и исполнителем исследования является тренер, который выполняет создание и поддержку психологического климата в команде, наблюдение за правильностью нагрузки для людей с ослабленным здоровьем, мотивацию к новым достижениям, психологическую подготовку спортсменов к соревнованиям. В задачи тренера входят:

- организация психолого-педагогического сопровождения женщин с онкологией в тренировочном процессе;

- проведение тренировки и подбор нагрузки;
- проведение опросов и тестирований для выявления изменений эмоционального фона испытуемых и определения уровня готовности их к участию в соревнованиях.

Первые результаты нашего эксперимента говорят сами за себя. Вот уже более шести лет женщины плавают под руководством тренера по адаптивному плаванию.

В исследовании принимали участие контрольная и экспериментальная группы. В экспериментальную группу вошли женщины, занимающиеся плаванием с тренером на протяжении 3–5 лет и более, – ЭГ (экспериментальная группа). Контрольную группу составили женщины, занимающиеся плаванием самостоятельно, время от времени, редко, – КГ (контрольная группа).

Исследование проводилось по опроснику № 1 Казанцевой для раскрытия внутреннего потенциала спортсмена. Анкетирование состояло из двух этапов, распределенных по времени. Результаты показаны на рис. 1 и 2, где темно-серый конус свидетельствует о низкой самооценке, светло-серый конус – о средней самооценке, серый конус – о высокой самооценке.

По графикам можно сделать вывод, что регулярные занятия с тренером дают хороший результат для раскрытия внутреннего потенциала. Самооценка у женщин повышается.

На втором этапе исследования всем женщинам, занимающимся плаванием, было предложено пройти диагностическую процедуру по методике Т. Элерса. Интерпретирование результатов по данной методике не представляет сложности – чем больше сумма баллов, тем выше уровень мотивации к достижению успеха:

- 1–10 баллов – низкий ранг (уровень) мотивации к успеху;

- 11–16 баллов – средний ранг (уровень) мотивации;

- 17–20 баллов – умеренно высокий ранг (уровень) мотивации;

- 21 балл и более – слишком высокий ранг (уровень) мотивации к успеху.

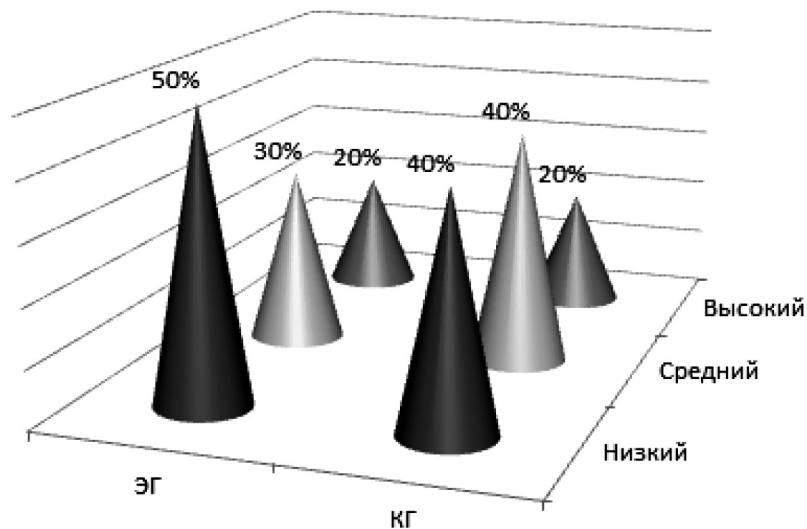


Рис. 1. Раскрытие внутреннего потенциала женщин с онкологией по методике Г.Н. Казанцевой на начало эксперимента, %

Fig. 1. Disclosure of the internal potential of women with oncology according to the method of G.N. Kazantseva at the beginning of the experiment, %

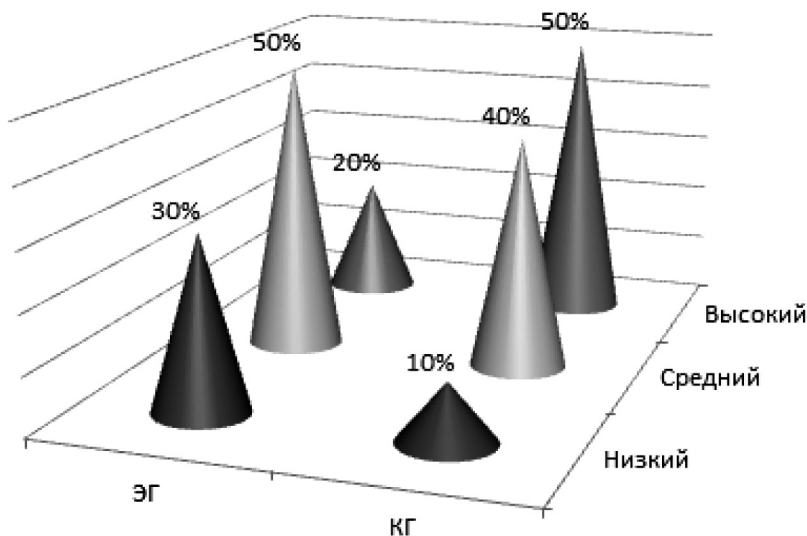


Рис. 2. Раскрытие внутреннего потенциала женщин с онкологией по методике Г.Н. Казанцевой на окончание эксперимента, %

Fig. 2. Disclosure of the internal potential of women with oncology according to the method of G.N. Kazantseva at the end of the experiment, %

Результаты исследования показали, что умеренно успешные женщины выбирают средний уровень риска. Женщины, боящиеся неудач, либо предпочитают не рисковать совсем, либо выбирают слишком высокий для себя уровень риска. Также был выявлен еще один результат – чем выше была мотивация у женщин с ослабленным здоровьем или большим онкологией к успеху и достижению цели, тем ниже была у них готовность к риску. Замечено, что те женщины,

которые сильно мотивированы на успех и имеют высокую готовность к риску, редко попадают в несчастные случаи, чем женщины, имеющие высокую готовность к риску, но невысокую мотивацию к избеганию неудач. Значительное торможение в социальной активности происходит и при высокой мотивации к избеганию неудач, когда человек с ослабленным здоровьем нацелен только на защиту. Людям с ослабленным здоровьем с низкой мотивацией к успеху

нужно развивать уверенность, убежденность в своих силах, а при завышенном уровне – вырабатывать умения понимать, принимать и учитывать интересы других, воспитывать, развивать чувство собственной ответственности и ответственности за других, умеренности, тактичности и доброжелательности.

По наблюдениям тренера по плаванию за женщинами с ослабленным здоровьем и большими онкологией, замечено, что те, у кого мотивация выше, быстрее преодолевают страх при обучении плаванию, боязнь глубины и быстрее переходят в состав плавающих спортсменов. Неудачи их мало пугают, и они готовы повторять упражнения, которые для них иногда сложны в выполнении.

И наоборот, при низкой мотивации женщины надолго остаются в «рядах» не умеющих плавать. Боязнь, неуверенность в собственных силах и малоподвижные движения в воде не дают им шанса на успех обучения плаванию. В конечном счете они со временем перестают пытаться и прекращают тренировки.

Наблюдения и результаты теста Элрса показывают уровень мотивации человека для работы над собой и своими болезнями. Это доказывает, что должно быть психолого-педагогическое сопровождение таких людей для повышения их самооценки, настроя на физическую активность, поддержку в работе над собой. «Сегодняшнее чуть большее самоуважение, чем вчера, завтра сделает Вас чуточку другим. Так постепенно Вы станете в жизни тем

человеком, кем Вы намерены быть, и со спортивным азартом будете преодолевать любые жизненные трудности» [Норбеков, 2012].

Закключение. В своем исследовании авторы подтверждают необходимость применения психолого-педагогического сопровождения людей с ослабленным здоровьем, в том числе с онкологией, в тренировочном процессе по плаванию с тренером. Кроме того, в проведенных исследованиях были выявлены существенные положительные результаты от применения использованных адаптивных физических нагрузок под руководством тренера, рассчитанных согласно разработанной методике и подобранных индивидуально каждой женщине. Тренер направляет, общается с ними и настраивает на физическую активность под его контролем. К тому же, по опросам женщин, у них произошли и физические изменения: хорошо стала двигаться рука, которая после операции едва поднималась; самочувствие, дыхательный процесс улучшились; при внешнем осмотре видны явно подтянутые мышцы рук и ног; укрепился мышечный каркас позвоночника.

Кроме того, можно отметить следующие существенные факторы, обеспечивающие успешное внедрение предложенного подхода:

- 1) вырабатывается условный рефлекс к работе над собой;
- 2) определяется целеполагание в процессе тренировок;
- 3) повышается мотивационная составляющая, исключая фактор лени.

Библиографический список

1. Багадирова С.К. Овладение психологической структурой деятельности как ресурс профессиональной самореализации личности в спорте // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. М.: Институт психологии РАН, 2020. С. 338–351. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44643921> (дата обращения: 25.01.2023).
2. Камилова Т.А., Голота А.С., Вологжанин Д.А., Шнейдер О.В., С.Г. Щербак С.Г. Реабилитация в онкологии // Медицина экстремальных ситуаций. 2021. Т. 23, № 2. С. 27–34. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46687044> (дата обращения: 25.01.2023).
3. Курбатова А.С., Пухова А.Г., Белыева Т.К. Изучение самооценки как актуальное направление психолого-педагогических исследований // Перспективы науки и образования. 2019. № 1 (37). С. 251–261. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-samoosenki-kak-aktualnoe-napravlenie-psihologo-pedagogicheskikh-issledovaniy> (дата обращения: 25.01.2023).

4. Ларионова М.А. Взаимосвязь самооценки психологического благополучия и мотивационного профиля личности в процессе профессионализации // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2021. Т. 15, № 3. С. 120–127. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46641380> (дата обращения: 25.01.2023).
5. Леонюк Н.А., Ковалевич М.С. Особенности самоактуализации студенческой молодежи и средства ее психолого-педагогического сопровождения // Вестник ГГУ. 2020. № 2. С. 85–96. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46126258> (дата обращения: 25.01.2023).
6. Лопашова А.Ф. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности // Аллея науки. 2019. Т. 2, № 4 (31). С. 805–810. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38593582> (дата обращения: 25.01.2023).
7. Мельник Е.В., Корнева М.Н. Влияние спортивной деятельности на формирование самооценки и проявление личностных деформаций // Рудиковские чтения: матер. VIII Междунар. науч.-практ. конф. психологов физической культуры и спорта, Москва, 5–7 июня 2012 г. М., 2012. С. 319–323. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24164618> (дата обращения: 25.01.2023).
8. Набойченко Е.С., Носкова М.В. Психологическое сопровождение превосходства в спорте высших достижений как компонент успеха спортсмена // Образовательный вестник «Сознание». 2021. Т. 23, № 4. С. 4–9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-prevoshodstva-v-sporte-vysshih-dostizheniy-kak-komponent-uspeha-sportsmena> (дата обращения: 25.01.2023).
9. Норбеков М.С. Опыт дурака, или Ключ к прозрению: как избавиться от очков. 2-е изд., испр. М.: АСТ, 2012. 369 с.
10. Ожгибесов Р.В. Психолого-педагогическое сопровождение физкультурно-спортивной деятельности молодежи // Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы: матер. V Междунар. науч.-практ. конф., Нижний Новгород, 20 апреля 2016 г. Н. Новгород: Нижегород. гос. архитектурно-строительный ун-т, 2016. С. 217–221. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27312421> (дата обращения: 25.01.2023).
11. Расулов З.П. Педагогические и психологические аспекты подготовки спортивных тренеров к профессиональной деятельности // Вестник науки и образования. 2019. № 9-4 (63). С. 56–58. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38032920> (дата обращения: 25.01.2023).
12. Родионов В.А. Спортивная психология. М.: Юрайт, 2018. 367 с. URL: <https://urait.ru/bcode/511039> (дата обращения: 25.01.2023).
13. Симаева И.Н., Ецина И.Г. Особенности психологической поддержки женщин, перенесших операцию по поводу рака молочной железы, в условиях малого города // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Сер.: Филология, педагогика, психология. 2010. № 5. С. 34–38. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=14453148> (дата обращения: 25.01.2023).
14. Сытник Г.В., Андреев В.В. Влияние уровня спортивного мастерства спортсменов на частоту использования различных стратегий преодоления кризисных ситуаций // Культура физическая и здоровье. 2019. № 1 (69). С. 133–134. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37244160> (дата обращения: 25.01.2023).
15. Уляева Л.Г., Мельник Е.В., Воскресенская Е.В., Сивицкий В.Г., Раднагуруев Б.Б., Уляева Г.Г. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности. М.: Издатель Мархотин П.Ю., 2014а. 236 с. URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_3798.pdf (дата обращения: 25.01.2023).
16. Уляева Л.Г., Уляева Г.Г., Раднагуруев Б.Б. Самореализация личности спортсмена как субъекта двигательной активности. М.: Издатель Мархотин П.Ю., 2014б. 144 с. URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_3797.pdf (дата обращения: 25.01.2023).

17. Уляева Л.Г. Система психологического сопровождения как механизм успешной самореализации личности в детско-юношеском спорте // Международный психолого-педагогический симпозиум памяти профессора Вадима Альбертовича Родионова: сб. тр. конф., Москва, 26 апреля 2017 г. М.: Новая книга, 2017. С. 169–173. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29034060> (дата обращения: 25.01.2023).
18. Levkova T.V., Plotnikova E.S., Bazhenov R.I., Maslova T.M., Ivanchenko V.N. Self-determination as a psychological and pedagogical resource of personality self-realization in adolescence // *Astra Salvensis*. 2018. Vol. 6. P. 341–352. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35738826> (access date: 25.01.2023).
19. Maclellan E. Agents pedagogical: Bootstrapping reflexive practice through the psychological resources of self-agency // *Journal of Pedagogy*. 2016. Vol. 7, No. 2. P. 79–96. DOI: 10.1515/jped-2016-0012
20. Shutova T., Stolyar K., Vysotskaya T. Socio-psychological problems of highly trained athletes upon completion of sports career // *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. Vol. 19, No. 1. P. 652–657. DOI: 10.7752/jpes.2019.01094
21. Sports- und Bewegungstherapie in der Onkologie. Der Weg zu mehr körperlicher Aktivität und Lebensqualität trotz Krebserkrankung [Электронный ресурс] // Schleswig-Holsteinische krebsgesellschaft e.V. URL: <https://www.krebsgesellschaft-sh.de/wp-content/uploads/2021/11/Website-Version-Patientenratgeber-Sport-und-Krebs-2021-A4-002.pdf> (access date: 25.01.2023).
22. Stepchenko T.A., Demidova T.E., Mezentseva I.A., Seregina N.V., Petukhova L.P. Formation of an adequate self-esteem in adolescents as a psychological and pedagogical problem // *International Journal of Applied Business and Economic Research*. 2017. Vol. 15, No. 11. P. 93–101. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=31042067> (access date: 25.01.2023).
23. Sun Y. Research on the relationship between the psychological state and sports habits of college students // *Revista de Psicologia del Deporte*. 2021. Vol. 30, No. 4. P. 159–166. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49090430> (дата обращения 25.01.2023).
24. Sytnik G. Socio-psychological training as an innovative form of psychological and pedagogical support in the preparation of sports reserves. In: *Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference “The place and role of physical culture in the modern world”*, St. Petersburg, May 19–20, 2021. St. Petersburg: Scythia-Print LLC, 2021. P. 181–186. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47377392> (access date: 25.01.2023).
25. Ulyayeva L., Rodionova I., Sivitskiy V., Melnik E., Voskresenskaya E., Radnaguruev B., Ulyayeva G. Scientific and methodological support of psychological care of sports activities // *Revista de Psicologia del Deporte*. 2020. Vol. 29, No. 2. P. 177–184. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45213181> (access date: 25.01.2023).

PROVISION OF A RATIONALE FOR PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF WOMEN WITH ONCOLOGY IN SWIMMING TRAINING PROCESS

E.V. Hoffmann (Krasnoyarsk, Russia)

A.N. Savchuk (Krasnoyarsk, Russia)

N.E. Strogova (Krasnoyarsk, Russia)

Abstract

Statement of the problem. The article analyzes the problems of adaptation of people with impaired health and their return to society through physical education. The main reasons that prevent people with impaired health from living a quality life, going in for physical culture, sports, taking into account their disease, especially oncology, are considered. Psychological and pedagogical support today is not just a sum of various methods of correctional and developmental work with a person whose health is weakened. It acts as a set of actions, a special culture of support and assistance in solving problems related with training and socialization.

The purpose of the article is to substantiate the features of psychological and pedagogical support for people with impaired health, including cancer patients, contributing to their healthy lifestyle and prolonging active sports longevity. The carried out study focuses on the possibilities of improving the health of the declared group of people through practicing one of the health-improving sports. In particular, the presented approach is applied for psychological and pedagogical support of people with impaired health in the training process of swimming with a coach.

Methodology (materials and methods). The research is based on systematization and analysis of theoretical and empirical data on psychological and pedagogical support of people with impaired health, including cancer patients, in the swimming training process.

Research results. The study and application of psychological and pedagogical support for people with impaired health, including cancer patients, in the training process of swimming with a coach allowed us to get information about people's behavior, about the actions they perform in certain situations, and how often they do it. With the help of the survey, we have obtained data on the views, assessments, goals, and motives of the respondents. Recording the results for several years and comparing them helped us to see the dynamics of the success of the swimming training process with a coach. The students became more confident in themselves and their abilities, the fear of illness was replaced by a sense of success at competitions, giving them the opportunity to open up and positively lead an active life, both social and sport-related.

Conclusion. The approach proposed in the article and the use of psychological and pedagogical support for people with impaired health, especially cancer patients, in the training process of swimming with a coach suggests the continuation of the study and will be disclosed in subsequent publications. Training in a swimming pool with a trainer gives people with weakened health the opportunity to learn how to swim properly, and in the future, with a properly calculated load, a chance to recover, perhaps forever. After all, movement is life!

Keywords: *psychological and pedagogical support, people with impaired health, physical education, physical culture, physical activity, training process, swimming, adaptive capabilities of a body.*

Hoffmann Elena V. – PhD Candidate, Department of Theoretical Foundations of Physical Education of the Institute of Physical Culture, Sports and Health named after I.S. Yarygin, KSPU named after V.P. Astafyev (Krasnoyarsk, Russia); e-mail: elena-gofman@mail.ru

Savchuk Aleksandr N. – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Professor of the Department of Theoretical Foundations of Physical Education, Institute of Physical Culture, Sports and Health named after I.S. Yarygin, KSPU named after V.P. Astafyev (Krasnoyarsk, Russia); Scopus ID: 57194698859; e-mail: savchuk.a.n@mail.ru

Strogova Natalia E. – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Department of Pedagogy, KSPU named after V.P. Astafyev (Krasnoyarsk, Russia); ORCID: 0000-0002-4249-7727; e-mail: sne19@kspu.ru

References

1. Bagadirova S.K. Mastering the psychological structure of activity as a resource for professional self-realization of a person in sports. In: Topical problems of labor psychology, engineering psychology and ergonomics. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2020. P. 338–351. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44643921> (access date: 25.01.2023).

2. Kamilova T.A., Golota A.S., Vologzhanin D.A., Shneider O.V., Shcherbak S.G. Rehabilitation in oncology // *Meditsina ekstremal'nykh situatsiy (Extreme Medicine)*. 2021. Vol. 23, No. 2. P. 27–34. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46687044> (access date: 25.01.2023).
3. Kurbatova A.S., Pukhova A.G., Belyaeva T.K. The study of self-esteem as an actual direction of psychological and pedagogical research // *Perspektivy nauki i obrazovaniya (Perspectives of Science and Education)*. 2019. No. 1 (37). P. 251–261. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-samootsenkikak-aktualnoe-napravlenie-psihologo-pedagogicheskikh-issledovaniy> (access date: 25.01.2023).
4. Larionova M.A. The relationship of self-assessment of psychological well-being and the motivational profile of a person in the process of professionalization // *Nauka o cheloveke: gumanitarnye issledovaniya (Science About a Person: Humanitarian Research)*. 2021. Vol. 15, No. 3. P. 120–127. <https://elibrary.ru/item.asp?id=46641380> (access date: 25.01.2023).
5. Leonyuk N.A., Kovalevich M.S. Peculiarities of self-actualization of student youth and the means of its psychological and pedagogical support // *Vestnik GGU (Bulletin of Gzhel State University)*. 2020. No. 2. P. 85–96. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46126258> (access date: 25.01.2023).
6. Lopashova A.F. Psychological and pedagogical support of sports activities in the context of personal self-realization // *Alleya nauki (Alley of Science)*. 2019. Vol. 2, No. 4 (31). P. 805–810. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38593582> (access date: 25.01.2023).
7. Melnik E.V., Korneva M.N. The influence of sports activities on the formation of self-esteem and the manifestation of personal deformations. In: *Proceedings of the International scientific and practical conference of psychologists of physical culture and sports “Rudikov’s readings”; Moscow, June 5–7, 2012*. Moscow, 2012. P. 330–333. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24164618> (access date: 25.01.2023).
8. Naboychenko E.S., Noskova M.V. Psychological support of superiority in the sport of high achievements as a component of an athlete’s success // *Obrazovatelnyi vestnik “Soznanie” (Educational Bulletin “Consciousness”)*. 2021. Vol. 23, No. 4. P. 4–9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-prevoshodstva-v-sporte-vysshih-dostizheniy-kak-komponent-uspehasportsmena> (access date: 25.01.2023).
9. Norbekov M.S. *The experience of a fool, or the Key to insight: how to get rid of eye-glasses*. Second Edition. Moscow: AST, 2014. 369 p.
10. Ozhgibesov R.V. Psychological and pedagogical support of youth physical culture and sports activities. In: *Proceedings of the 5th International scientific and practical conference “Psychological science and practice: problems and prospects”, Nizhny Novgorod, April 20, 2016*. Nizhny Novgorod: Nizhny Novgorod State University of Architecture and Civil Engineering, 2016. P. 217–221. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27312421> (access date: 25.01.2023).
11. Rasulov Z.P. Pedagogical and psychological aspects of training sports coaches for professional activities // *Vestnik nauki i obrazovaniya (Bulletin of Science and Education)*. 2019. No. 9-4 (63). P. 56–58. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38032920> (access date: 25.01.2023).
12. Rodionov V.A. *Sports psychology*. Moscow: Yurayt, 2018. 367 p. URL: <https://urait.ru/bcode/511039> (access date: 25.01.2023).
13. Simaeva I.N., Etsina I.G. Special features of psychological support for women who underwent surgery for breast cancer in a small town // *Vestnik Baltiyskogo federalnogo universiteta im. I. Kanta. Seriya: Filologiya, pedagogika, psikhologiya (Bulletin of the Baltic Federal University named after I. Kant. Series: Philology, Pedagogy, Psychology)*. 2010. No. 5. P. 34–38. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=14453148> (access date: 25.01.2023).
14. Sytnik G.V., Andreev V.V. Influence of sportsmen’s skills on the frequency of using various strategies to overcome crisis situations // *Kultura fizicheskaya i zdorovie (Physical Culture and Health)*. 2019. No. 1 (69). P. 133–134. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37244160> (access date: 25.01.2023).

15. Ulyaeva L.G., Melnik E.V., Voskresenskaya E.V., Sivitsky V.G., Radnaguruyev B.B., Gulyaeva G.G. Psychological and pedagogical support of sports activities in the context of personal self-realization. Moscow: Izdatel Markhotin P.Yu., 2014a. 236 p. URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_3798.pdf (access date: 25.01.2023).
16. Ulyaeva L.G., Ulyaeva G.G., Radnaguruyev B.B. Self-realization of an athlete's personality as a subject of motor activity. Moscow: Izdatel Markhotin P.Yu., 2014b. 144 p. URL: https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_3797.pdf (access date: 25.01.2023).
17. Ulyaeva L.G. The system of psychological support as a mechanism for successful self-realization of a personality in youth sports. In: Proceedings of the International Psychological and Pedagogical Symposium in Memory of Professor Vadim Albertovich Rodionov. Moscow, April 26, 2017. Moscow: Novaya kniga, 2017. P. 169–173. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29034060> (access date: 25.01.2023).
18. Levkova T.V., Plotnikova E.S., Bazhenov R.I., Maslova T.M., Ivanchenko V.N. Self-determination as a psychological and pedagogical resource of personality self-realization in adolescence // *Astra Salvensis*. 2018. Vol. 6. P. 341–352. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35738826> (access date: 25.01.2023).
19. Maclellan E. Agents pedagogical: Bootstrapping reflexive practice through the psychological resources of self-agency // *Journal of Pedagogy*. 2016. Vol. 7, No. 2. P. 79–96. DOI: 10.1515/jped-2016-0012
20. Shutova T., Stolyar K., Vysotskaya T. Socio-psychological problems of highly trained athletes upon completion of sports career // *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. Vol. 19, No. 1. P. 652–657. DOI: 10.7752/jpes.2019.01094
21. Sports- und Bewegungstherapie in der Onkologie. Der Weg zu mehr körperlicher Aktivität und Lebensqualität trotz Krebserkrankung // Schleswig-Holsteinische krebsgesellschaft e.V. URL: <https://www.krebsgesellschaft-sh.de/wp-content/uploads/2021/11/Website-Version-Patientenratgeber-Sport-und-Krebs-2021-A4-002.pdf> (access date: 25.01.2023).
22. Stepchenko T.A., Demidova T.E., Mezentseva I.A., Seregina N.V., Petukhova L.P. Formation of an adequate self-esteem in adolescents as a psychological and pedagogical problem // *International Journal of Applied Business and Economic Research*. 2017. Vol. 15, No. 11. P. 93–101. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=31042067> (access date: 25.01.2023).
23. Sun Y. Research on the relationship between the psychological state and sports habits of college students // *Revista de Psicologia del Deporte*. 2021. Vol. 30, No. 4. P. 159–166. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49090430> (access date: 25.01.2023).
24. Sytnik G. Socio-psychological training as an innovative form of psychological and pedagogical support in the preparation of sports reserves. In: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference “The place and role of physical culture in the modern world”, St. Petersburg, May 19–20, 2021. St. Petersburg: Scythia-Print LLC, 2021. P. 181–186. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47377392> (access date: 25.01.2023).
25. Ulyaeva L., Rodionova I., Sivitskiy V., Melnik E., Voskresenskaya E., Radnaguruev B., Ulyaeva G. Scientific and methodological support of psychological care of sports activities // *Revista de Psicologia del Deporte*. 2020. Vol. 29, No. 2. P. 177–184. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45213181> (access date: 25.01.2023).