

Фрагмент проекта:

Психологическая трансформационная игра «Ресурсы спортсмена»

Описание игры:

Комплект игры: игровое поле (рисунок 1) – 1; карточки с ресурсами (рисунок 1) – 90 шт.; кубик – 1; фишки – 4.

Игровое поле построено на основе структуры спортивной карьеры (Н.Б.Стамбулова, 1998), имеющей свое начало, развитие и кульминацию, периоды спада и подъема спортивных достижений, кризисы (рисунок 1).

Каждый период спортивной карьеры обозначен своим цветом. Кризисы в спортивной карьере обозначены красным кружком, на котором отмечено количество ресурсов, от которых спортсмен должен отказаться (отложить в сторону).

Стрелками обозначены переходы на более высокий или низкий уровень, отражающий возможности форсирования подготовки и быстрый рост в спортивной карьере, а также периоды снижения результатов. Ключевая задача – набрать как можно ресурсов. Возраст 5 лет условно был выбран за время начала занятий спортом, 33 года – завершения спортивной карьеры.

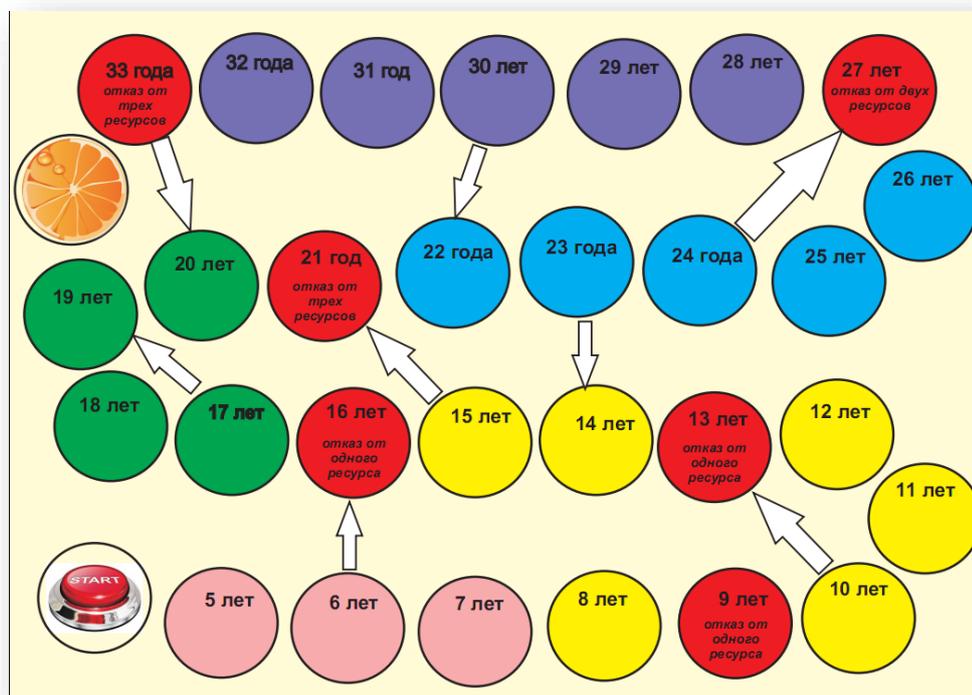


Рисунок 1– Игровое поле настольной игры «Ресурсы спортсменов»

Перемещаясь по игровому полю спортсмены могут подытожить пройденные этапы жизненного пути в спорте, проанализировать текущие события, помечтать и распланировать будущее. Также участники могут поработать над своей «жизненной историей» и посмотреть на стороны над собственными стратегиями и способами взаимодействия с окружающими людьми.

Авторы-разработчики:

Мельник Елизавета Вячеславовна, канд. психол. наук, доцент

Аскерко Виктория Игоревна, магистр пед. наук