

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Науково-теоретичний журнал



99

- 72 *Курочкіна Марина*. Організація занять фізкультурно-оздоровчої спрямованості для студентів, які проживають у різних зонах радіаційного контролю
- 76 *Леонтьєв В'ячеслав*. Шляхи удосконалення системи перевірки й оцінки фізичної підготовленості курсантів у вищих військових навчальних закладах
- 82 *Шрім Мурад Алі*. Оцінка ефективності кінезитерапії у дітей, хворих на сколіоз, за даними навантажувальних проб

**ПСИХОЛОГІЧНІ, СОЦІОЛОГІЧНІ, ЕКОНОМІЧНІ
ТА ПРАВОВІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

- 87 *Борисова Ольга*. Професіональний теніс та елементи професіонального спорту в системі тенісу України
- 92 *Голод Дмитро*. Розвиток олімпійських видів спортивної боротьби в Україні у 80-ті роки як соціального феномена
- 97 *Жабєр Рамзі*. Дослідження психологічних проблем самоорганізації у структурах управління спортом
- 101 *Зайдіє Мухаммад*. Система комерційної діяльності в олімпійському спорті
- 105 *Кудерміна Олена*. Характеристика інтерактивного компонента спілкування гравців-волейболістів залежно від спортивної кваліфікації
- 109 *Шутова Світлана*. Взаємозв'язок психологічних якостей і властивостей баскетболістів з ефективністю їх змагальної діяльності

Взаємозв'язок психологічних якостей і властивостей баскетболістів з ефективністю їх змагальної діяльності

Резюме

Данные, полученные в результате наших исследований, подчеркивают актуальность избранного направления исследований, результаты которого позволили определить основные психологические качества и свойства личности спортсмена, обеспечивающие сохранение психической устойчивости и мобилизационной готовности в экстремальных условиях спортивной деятельности на различных этапах совершенствования спортивного мастерства.

Summary

The data obtained in the process of conducting our experiments demonstrate the relevance of the experiment, the results of which gave the opportunity to define a set of the main psychological qualities and characteristics of personal of sportsman, ensuring psychic stability and mobilized readiness under the extraordinary conditions in the sports activity, as well as on various stages of perfecting sporting skills.

Актуальність. У наш час високий рівень сучасного спорту потребує оптимального розвитку спеціальних здібностей до ефективної змагальної діяльності спортсменів-ігровиків. Без перебільшення можна сказати, що визначних результатів може досягти тільки здібний спортсмен з високорозвиненими спеціальними психологічними якостями і властивостями, від яких більш за все залежить успіх у баскетболі. Специфіка змагальної діяльності у баскетболі характеризується, перш за все, динамічністю, швидкою зміною гострих ситуацій, необхідністю приймати сміливі рішення і йти на певний ризик у екстремальних умовах гри, готовність точно та швидко вирішувати складні багатоходові завдання, ініціативність та витримка, емоційна стійкість, що ставить великі вимоги до рівня розвитку і прояву різних психологічних сторін особистості спортсменів, необхідних для успішного спортивного вдосконалення у баскетболі [6, 9].

На думку провідних фахівців з галузі психології спорту і спортивних ігор [1, 4, 8, 10], досягти успіху в змагальній діяльності у баскетболі можливо завдяки наявності цілого комплексу психологічних якостей і властивостей, включаючи як обов'язкові, безперечно, важливі, референтні, так і ті, що сприяють їх розвитку. Діяльність спортсмена, зокрема баскетболіста, включає в себе тренування і змагання, що потребують окремих, але пов'язаних між собою специфічних особливостей психіки. Так, на відміну від тренувальних занять, що потребують властивостей психіки та сприяють засвоєнню техніки й тактики, змагання вимагають тих якостей, що забезпечують надійність діяльності в емоційно напружених умовах [3].

Актуальність теоретичного та практичного вивчення проявів у діяльності спортсмена, його індивідуально-психологічних особливостей пов'язана з тим, що вплив зовнішніх причин (об'єктивних вимог особливостей виду спорту до спортсмена) на поведінку спортсмена опосередковується, за виразом С.Л. Рубінштейна (1957), внутрішніми умовами: індивідуальними психологічними особливостями спортсмена, якостями та властивостями його особистості. Планування і проведення тренувальних занять та дозмагальної підготовки спортсмена з урахуванням його індивідуальних психологічних особливостей, відносно кожного етапу вдосконалення спортивної майстерності, дає можливість повністю розкрити здібності спортсмена, підвищити дієвість тренувань та надійність виступів на змаганнях, забезпечити високу ефективність змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації [2, 5]. Тому у цій роботі вирішувалась важлива наукова проблема, що має серйозне практичне значення — визначення ролі та місця найбільш важливих психологічних якостей та властивостей у досягненні високого спортивного результату в баскетболі.

Мета дослідження — виявити найбільш важливі психологічні якості і властивості, що визначають ефективність змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації, та рівні їх прояву на різних етапах

вдосконалення спортивної майстерності.

Завдання дослідження:

- визначити психологічні складові особистості спортсмена-ігровика, що визначають досягнен-

ня успіху спортивної діяльності, необхідного рівня майстерності у баскетболі;

- встановити значущість взаємозв'язків виявлених психологічних якостей і властивостей спортсмена з показниками ефективності змагальної діяльності на різних етапах спортивного вдосконалення.

Методи, організація досліджень:

- вивчення і аналіз наукової і науково-методичної літератури;
- педагогічне спостереження;
- педагогічне тестування;
- психологічне тестування;
- методи математичної статистики.

Дослідження проводились на передзмагальному етапі у підготовчому періоді з 1995 по 1998 р. Обстежили 101 баскетболіста, серед них: баскетболісти 3-го, 2-го, і 1-го розрядів, кандидати у майстри спорту, майстри спорту з баскетболу — члени збірної команди України.

Для вияву психологічних факторів, що впливають на становлення і вдосконалення спортивної майстерності у баскетболі, було проведено опитування провідних тренерів шести команд суперліги і 12-ти команд вищої ліги, спортсменів-баскетболістів чотирьох команд суперліги і 10-ти команд вищої ліги, а також аналіз наукової та науково-методичної літератури з психології спорту і спортивних ігор. Це дозволило виявити психологічні фактори (на рівні психічних процесів і властивостей особистості), що забезпечують збереження психічної стійкості і мобілізаційної готовності в екстремальних умовах змагальної діяльності, а саме ті психологічні якості та властивості особистості спортсмена, що є найбільш стабільними, особистісними, а отже, найбільш значущими для формування ефективності змагальної діяльності на різних етапах вдос-

коналення спортивної майстерності.

Це визначило використання певних методик з метою виявлення таких параметрів: типологічних особливостей ВНД спортсменів; особливостей гностичних процесів (оперативного мислення, сприйняття, короткочасної пам'яті, уваги), емоційно-вольової сфери (самоконтролю і розвитку вольових якостей особистісної тривожності, оперативної оцінки актуальних функціональних станів), рівня самооцінки і самовідношення спортсменів, ступеня виразності самооцінки впевненості.

Результат дослідження. За результатами дослідження було проведено кореляційний аналіз, що дозволив виявити взаємозв'язок рівня прояву психологічних показників з результатами педагогічного тестування спортсменів-баскетболістів різної кваліфікації. Це, в свою чергу, дає можливість визначити найбільш значущі психологічні якості і властивості, що забезпечують ефективність змагальної діяльності баскетболістів. Аналіз взаємозв'язку між вищеназваними показниками проводився окремо для кожної кваліфікаційної групи баскетболістів. Так, у початківців було виявлено 10 психологічних показників, що мають вірогідні кореляційні зв'язки з результатами педагогічного тестування ($p=0,05$). Дев'ять з них мають один взаємозв'язок з результатами педагогічного тестування, і лише показник адекватності сприйняття часових інтервалів при виконанні дій до 15 с має два вірогідні коефіцієнти кореляції, а саме: з процентом результативних кидків м'яча у кошик ($r=0,56$) і результатами штрафних кидків ($r=0,43$) (табл. 1). Параметри, що розглядаються нами, корелюють з усіма показниками педагогічних тестів, за виключенням тесту "Захисні переміщення". Найбільш тісний

кореляційний зв'язок у баскетболістів-початківців встановлено між процентом результативних кидків м'яча у кошик і показником генералізованості вольових якостей наполегливості та завзятості ($r=-0,57$). Необхідно відзначити, що час оперативного мислення, корелюючи із кількістю потрапляння штрафних кидків, і час тактичного мислення, пов'язаний з процентом потрапляння м'яча у кошик, мають однаковий коефіцієнт кореляції ($r=-0,49$).

Таким чином, на основі розглянутих кореляційних відносин між різними психологічними та педагогічними параметрами, можна припустити, що вищезазначені 10 психологічних якостей та властивостей особистості спортсменів лежать в основі становлення спортивної майстерності баскетболістів-початківців.

Кореляційний аналіз результатів експериментального дослідження баскетболістів 1-го спортивного розряду дозволяє виділити 22 психологічних показника, вірогідно пов'язаних з педагогічними параметрами (при $p=0,05$). Виявлені психологічні якості і властивості корелюють з усіма досліджуваними результатами педагогічного тестування (табл. 2). При цьому найбільш тісний взаємозв'язок встановлено між показниками широкої зовнішньої уваги і кількістю потрапляння штрафних кидків (при $r=0,66$), а також процентом результативних кидків м'яча (при $r=0,56$). Привертає увагу те, що у баскетболістів 1-го спортивного розряду, на відміну від баскетболістів інших кваліфікацій, виявлено найбільшу кількість взаємозв'язків між різними показниками сенсомоторної діяльності спортсменів, а також типологічними властивостями нервової системи і їх відповідними педагогічними параметрами. Так, наприклад, рухливість нервових процесів корелює з результатами тесту "Біг 8 x 28" (при

$r = -0,47$). У зв'язку з тим, що у баскетболістів 1-го спортивного розряду встановлено найбільшу кількість психологічних показників, корелюючих з результатами їх педагогічного тестування, ця обставина пов'язує їх і вказує на багато спільного за кількістю виявлених психологічних показників, щільністю кореляційного зв'язку і підбору психологічних якостей і властивостей, корелюючих з результатами педагогічного тестування, в тих кваліфікаційних групах баскетболістів, які ми розглядаємо. Можна припустити, що в період становлення спортивної майстерності на рівні 1-го спортивного розряду закладаються психологічні основи специфічної діяльності баскетболістів. Отже, вищезазначені психологічні якості та властивості є найбільш значущими для баскетболістів на даному етапі вдосконалення спортивної майстерності.

Найменшу кількість психологічних якостей і властивостей, що мають вірогідні кореляційні

зв'язки з результатами педагогічного тестування, виявлено у баскетболістів високої кваліфікації — кандидатів у майстри спорту з баскетболу (команди Вищої ліги), ($r = 0,05$). Встановлено усього вісім психологічних показників, що мають один або два вірогідних коефіцієнта кореляції (табл. 3). Так, по два коефіцієнта кореляції мають такі психологічні показники, як фактор самовідношення — внутрішня конфліктність, корелюючий з результатами педагогічних тестів "Кидки м'яча у кошик" (при $r = -0,77$), і "Штрафні кидки" (при $r = -0,59$), а також фізіологічний аспект психічного стану, що виражається поняттям самопочуття, пов'язаний з результатами педагогічних тестів "Біг 8x28" (при $r = 0,60$) і "Захисні переміщення" (при $r = 0,68$). Аналіз даних, представлених у таблиці 3, дозволив визначити, що практично усі виявлені психологічні параметри мають достатньо тісний кореляційний зв'язок з результатами педагогічного тестування. При цьо-

му найбільшу кореляційну залежність виявлено між фактором самовідношення (внутрішня конфліктність) і процентом результативних кидків м'яча у кошик (при $r = -0,77$). Ймовірно, що при підвищенні спортивної майстерності відбувається зменшення кількості вірогідних кореляційних зв'язків і підвищення їх значущості, що свідчить про компенсаторні можливості психологічних якостей і властивостей.

Кореляційний аналіз, здійснений за результатами досліджень баскетболістів високої кваліфікації — кандидатів у майстри спорту з баскетболу, дає можливість припустити, що саме вищевказані психологічні якості і властивості визначають успіх у баскетболі на конкретному етапі спортивного вдосконалення.

Висновки: 1. Визначено значущі для кожної кваліфікаційної групи

Таблиця 1. Взаємозв'язок психологічних показників якостей і властивостей баскетболістів-початківців з результатами їх педагогічного тестування

Показник	Кидок м'яча у кошик, %		Штрафний кидок, кількість		Біг 8x28, с		Захисне переміщення, с	
	r	t	r	t	r	t	r	t
Психологічні якості:								
впевненість — рішучість	-0,45	1,89	—	—	—	—	—	—
Наполегливість та завзятість:								
генералізованість	-0,57	2,61	—	—	—	—	—	—
вираженість	-0,44	1,85	—	—	—	—	—	—
Самовладання і витримка — вираженість	—	—	-0,55	2,44	—	—	—	—
Оперативне мислення — час	—	—	-0,49	2,08	—	—	—	—
Тактичне мислення — час	-0,49	2,09	—	—	—	—	—	—
Типологічні властивості нервової системи — рухливість нервових процесів	—	—	—	—	-0,49	2,12	—	—
Спеціалізоване сприйняття часу без виконання дій — середнє	—	—	—	—	-0,53	2,33	—	—
Адекватність сприйняття часових інтервалів під час виконання дії до:								
15 с	0,56	2,51	0,43	1,81	—	—	—	—
30 с	0,48	2,02	—	—	—	—	—	—

Примітка: $t_{крит} = 1,7613$ при рівні значущості $\alpha = 0,05$ і кількості досліджуваних $n = 16$.

баскетболістів психологічні якості та властивості, що впливають на становлення спортивної майстерності баскетболістів на різних етапах їх спортивного вдосконалення.

2. Дослідження взаємозв'язку рівня прояву психологічних по-

казників і результатів педагогічного тестування показало, що в кожній кваліфікаційній групі баскетболістів кількість значущих психологічних якостей та властивостей, що впливають на становлення і вдосконалення спортивної майстерності, неоднакова. Це дозволяє зробити висновок, що етап підготовки баскетболістів на рівні 1-го спортивного розряду є

базовим, оскільки у баскетболістів цієї кваліфікаційної групи спостерігається збільшення значущих психологічних якостей і властивостей, що забезпечують ефективність їх змагальної діяльності.

3. На різних етапах спортивного вдосконалення виявлено значущі, достатньо відмінні психологічні якості і властивості, що

Таблиця 2. Взаємозв'язок психологічних показників якостей та властивостей баскетболістів 1-го дорослого розряду з результатами їх педагогічного тестування

Психологічний показник	Кидок м'яча у кошик, %		Штрафний кидок, кількість		Біг 8x28, с		Захисне переміщення, с	
	r	t	r	t	r	t	r	t
Самооцінка власних спортивних досягнень	0,38	1,91	—	—	—	—	—	—
Впевненість — у ситуаціях спортивної діяльності	—	—	0,38	1,90	-0,51	2,79	—	—
Психічний стан:								
самопочуття	0,48	2,57	0,41	2,09	—	—	—	—
активність	—	—	0,42	2,19	—	—	—	—
Сміливість і рішучість — генералізованість	—	—	-0,43	2,23	—	—	—	—
Оперативне мислення — час ПЗМР	—	—	0,41	2,11	—	—	—	—
СЗМР РВ1:								
час	0,52	2,82	—	—	—	—	-0,44	2,29
помилки	-0,39	1,99	—	—	—	—	—	—
СЗМР РВ2 — помилки	—	—	-0,35	1,73	—	—	—	—
Працездатність головного мозку (сила нервових процесів)	—	—	—	—	—	—	0,35	1,75
Типологічні властивості нервової системи:								
сила процесу гальмування	—	—	—	—	—	—	0,38	1,94
рухливість нервових процесів	—	—	—	—	-0,47	2,49	—	—
врівноваженість нервових процесів	0,42	2,17	—	—	—	—	—	—
Особливості типу уваги — широке зовнішнє	0,56	3,14	0,66	4,12	—	—	—	—
Властивості уваги:								
концентрація	-0,38	1,93	—	—	—	—	—	—
точність	-0,37	1,85	-0,36	1,83	—	—	—	—
помилки	—	—	0,47	2,47	—	—	—	—
Фактор самовідношення:								
закритість — відкритість	—	—	—	—	—	—	0,48	2,55
самоприв'язаність	—	—	—	—	—	—	0,41	2,09
Адекватність сприйняття часових інтервалів без виконання дій до 10 с	-0,48	2,59	—	—	—	—	0,47	2,52
Адекватність сприйняття часових інтервалів під час виконання дій до 15 с	-0,38	1,90	—	—	—	—	—	—

Примітка: $t_{крит} = 1,7171$ при рівні значущості $\alpha = 0,05$ і кількості досліджуваних $n = 24$. Умовні позначки: ПЗМР — проста зорово-моторна реакція; СЗМР РВ1 — складна зорово-моторна реакція вибору одного подразника з тих, що пропонуються у випадковому порядку трьох сигналів; СЗМР РВ2 — складна зорово-моторна реакція вибору двох подразників з тих, що пропонуються у випадковому порядку трьох сигналів.

дає підставу планувати підготовку спортсменів з урахуванням проявів і особливостей психологічних параметрів, що забезпечують ефективність змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації.

Учебное пособие. — Краснодар: КГИФК, 1990. — 45 с.

4. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология физического воспитания и спорта: Учебное пособие. — Ленинград: ЛГПИ им. А.И. Герцена, 1979. — 84 с.

5. Костикова Л.В., Чернова Е.А. Сравнительная характеристика пока-

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА

1/99
ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ
І СПОРТУ

8. Сурков Е.Н. Психомоторика спортсмена. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — 126 с.

Таблиця 3. Взаємозв'язок психологічних показників якостей і властивостей баскетболістів, кандидатів у майстри спорту, з результатами їх педагогічного тестування

Психологічний показник	Кидок м'яча у кошик, %		Штрафний кидок, кількість		Біт 8х28, с		Захисне переміщення, с	
	r	t	r	t	r	t	r	t
Психічний стан — самопочуття	—	—	—	—	0,60	2,10	0,68	2,66
Цілеспрямованість — вираженість	0,57	1,96	—	—	—	—	-0,64	2,38
Ініціативність і самостійність — вираженість	0,62	2,24	—	—	—	—	—	—
Тип сприйняття — емоціональний	—	—	—	—	—	—	-0,60	2,10
Фактор самовідношення: закритість — відкритість	—	—	-0,72	2,94	—	—	—	—
внутрішня конфліктність	-0,77	3,42	-0,59	2,04	—	—	—	—
Спеціалізоване сприйняття часу: без виконання дій (до 60 с)	-0,55	1,86	—	—	-0,55	1,86	—	—
під час виконання дій (до 30 с)	—	—	—	—	—	—	0,58	2,01

Примітка: $t_{\text{крит}} = 1,8595$ при рівні значущості $\alpha = 0,05$ і кількості досліджуваних $n = 8$.

1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. — М.: Физкультура и спорт, 1980. — 127 с.

2. Горская Г.Б. Основы индивидуализации психологической подготовки спортсмена // Учебно-методическая разработка к спецкурсу для студентов Краснодарского института физической культуры. — Краснодар, 1983. — 146 с.

3. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение подготовки яхтсменов:

зателей специальной подготовленности баскетболисток разной квалификации // Теория и практика физической культуры. — 1996. — № 8. — С. 40—42.

6. Родионов А.Б., Воронова В.И. Психологические основы подготовки баскетболистов. — К.: Здоров'я, 1989. — 136 с.

7. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. — М., 1976. — 187 с.

9. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. — К.: Олимпийская литература, 1998. — 336 с.

10. Федотова Е. Тезисы докладов Международного конгресса "Человек в мире спорта: новые идеи, технологии, перспективы". Т. 2. — М.: Физкультура, образование и наука, 1998. — С. 1—316.