

ПОКАЗАТЕЛИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ВИСТУПЛЕННЯ ОЛИМПІЙСКИХ КОМАНД ПО ФУТБОЛУ В ПРОГРАММАХ ИГР ОЛИМПІАД В КОНТЕКСТЕ ЧЕТЫРЕХ ПЕРИОДОВ РАЗВИТИЯ ОЛИМПІЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

Ярослав Тымчак, Тарас Когут, Игорь Карпа

Львовский государственный университет физической культуры

Полученные результаты исследования позволили установить, результативность выступления олимпийских команд по футболу на Играх Олимпиад в контексте четырех периодов развития олимпийского движения. Установлено, что высокие показатели результативности выступления в олимпийских турнирах по футболу в четырех периодах развития олимпийского движения, достигли сборные команды Германии, Бразилии, Венгрии и Югославии.

Ключевые слова: результативность, футбол, периоды, Игры Олимпиад, олимпийские команды.

PERFORMANCE INDICATORS PERFORMANCE OF OLYMPIC TEAMS FOOTBALL PROGRAMS IN THE OLYMPICS GAMES IN THE CONTEXT OF THE FOUR PERIODS OF THE OLYMPIC MOVEMENT

Tumchak Yaroslav, Taras Kogut, Ihor Karpa

Lviv State University of Physical Culture

The obtained results of the study revealed the impact of the performance of olympic football teams at the Olympics in the context of the four periods of the Olympic movement. It was established that the highest indicators of performance in the Olympic football tournament in four periods of the Olympic movement, achieved teams of Germany, Brazil, Hungary and Yugoslavia.

Key words: effectiveness, football, periods Olympics Games, the olympic team.

РОЛЬ ДИНАМІКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ ЗА СТАНОМ СПОРТСМЕНІВ У ПІДВИЩЕННІ ЕФЕКТИВНОСТІ УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ПІДГОТОВКИ .

Андрій Титович

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

Постановка проблеми. Між діяльністю і станом існує діалектичний зв'язок: умови і значимість діяльності детермінують особливості стану, які в свою чергу впливають на успішність діяльності. Тому проблема взаємозв'язку діяльності та стану займає чільне місце в роботах як загально-психологічного плану [2], так і в психологічних дослідженнях прикладного, орієнтованого на потреби військової, трудової або спортивної діяльності, характеру [3]. Особливо спортивна діяльність пред'являє об'єктивні вимоги до нервових навантажень, швидкості реакції, підтримання високого рівня уваги психологічної стійкості спортсменів [5]. Це одна система вимог. Інша обумовлена психофізіологічними, психічними і особистісними станами спортсменів на даний момент (наприклад, після змагань - стан стомлення, навіть травм або активності підвищеного настрою). Регулювання діяльності суб'єктом і полягає у погодженні вимог обох систем (К. А. Абульханова-Славська) [1]. Це узгодження призводить до підвищення результативності, а необхідність в ньому виникає тому, що, наприклад, хоча в основі генезу зрушень у психічному стані спортсмена перед змаганнями лежать пристосувальні реакції організму до виконуваних ним вправ, але самі ці зрушення не завжди бувають сприятливими. Іншими словами – передробочий психічний стан може бути оптимальним, тобто таким який максимально сприяє досягненню успіху у змаганнях, але може бути й іншим, неадекватним умовам та вимогам, що пред'являються до нього (наприклад, дія на нього незвичних кліматичних умов) [4,8].

Аналізостанніхдосліджень і публікацій. Значна кількість досліджень психічних станів була здійснена у зв'язку з діяльністю в екстремальних умовах, що

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

вимагають від людини прояву високої надійності [6,7,8]. Нам здається цікавим виділення В.І. Медведєвим двох форм психологічного реагування людини в екстремальних умовах: стан адекватної мобілізації (повна відповідність ступеня мобілізації і напруга функцій вимогам, що пред'являються даними умовами) і стан динамічної неузгодженості (відповідь неадекватна умовам або така, яка перевищує фізіологічні можливості людини)[5].

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дослідження проведене відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту 2006–2010 рр. за темою 2.4.12.1 п «Психолого-педагогічне обґрунтування підвищення ефективності спортивної діяльності та відновлювальних процесів після фізичних навантажень», номер державної реєстрації 0106U011985. При виконанні даної теми автор проводив педагогічне тестування спортсменів, яке стосувалось виявлення впливу психічних станів на результативність їх рухової діяльності.

Мета статті є: визначення прогностично-інформативних ознак психічного стану спортсменів, які можна використовувати для індивідуалізації їх тренувального процесу та оцінки успішності їх тренувальної діяльності.

Методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз й узагальнення науково-методичної літератури.
2. Педагогічне спостереження.
3. Педагогічне тестування.
4. Психологічне тестування.
5. Методи математичної обробки даних.

Результати дослідження та їх обговорення.

На рис.1. представлені два взаємопов'язаних показника успішності специфічної спортивної діяльності - проходження змагальної дистанції: педагогічна оцінка та потужність, що розвивається при гребку, поділена на кілограм маси тіла спортсмена, а також показника енергозабезпечення, енергозбереження та психічного стану, що прямо або опосередковано пов'язані з показниками успішності.

Позитивні кореляції показників успішності рухової спортивної діяльності з показниками енергозабезпечення абсолютно природні і пояснень, на наш погляд, не потребують. Крім них, педагогічна оцінка успішності виявилася позитивно пов'язаною з двома показниками психомоторики (рухових компонентів переддіяльнісного стану): з оптимальним темпом рухів і відношенням оптимального темпу до максимального. Виходячи з того, що оптимальний темп рухів являє собою динамічну характеристику активності, ці кореляції можна розуміти так: рухова активність, що відображає сформовану перед стартом установку на високий темп руху, сприяє успіху у веслуванні.

Ці два показники оптимального темпу мають негативні зв'язки з трьома показниками самооцінок (усвідомлюваних компонентах психічного стану): настроєм, задоволеністю тренувальним процесом і готовністю до змагань.

Можна припустити, що поєднання високих самооцінок цих трьох параметрів створює зайвий благодушний емоційний фон, якусь самозаспокоєність, яка може знизити переддіяльнісну активність.

Негативний зв'язок самооцінки готовності до змагань з показниками відношення оптимального зусилля до максимального говорить про те ж. Це підтверджується і наявністю позитивної кореляції показника $T-T_{\text{опт/макс}}$ з показниками ситуативної тривожності.

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Закономірними і не потребують пояснення тісні позитивні кореляції між самооцінкою самопочуття, настрою, бажанням тренуватися, задоволеністю тренувальним процесом, готовністю до змагань; але одна кореляція негативна - між самооцінкою бажання тренуватися і спортивних перспектив звертає на себе увагу. Очевидно, ті висококваліфіковані спортсмени, які усвідомлюють труднощі досягнення для себе значущих перспективних цілей, прагнуть більше тренуватися.

Певний інтерес представляють кореляційні зв'язки показника біоелектропотенціометрії - вегетативного компонента стану спортсмена, у якого один позитивний зв'язок - з ситуативною тривожністю, який свідчить про те, що в даному випадку емоційне збудження викликає не тільки рухову, але і вегетативну активацію. Решта зв'язків - негативні - з показниками енергетичного забезпечення.

Примітка: - _____ позитивний зв'язок; - _____ негативний зв'язок. *BT* - самооцінка специфічної активності – бажання тренуватись; *ССП* - самооцінка спортивних перспектив; *С-я* - самооцінка фізичного самопочуття; *Дин_{опт/макс}* – відношення оптимального зусилля до максимального при ручній динамометрії; *T-Тдоз* - помилка при відтворенні заданого темпу рухів; *Н-й* - самооцінка настрою; *ГДЗ* - готовність до змагань; *ЗТ* - задоволеність ходом тренувального процесу; *T-Топт* – оптимальна кількість рухів за 10 с; *T-Топт/макс* - відношення оптимальної кількості рухів до максимальної; *СТ* – ситуативна тривога; *БЕП* – біоелектропотенціометрія; *ЧСС* – частота серцевих скорочень; *ХОД* - хвилинний обсяг дихання; *КП* - кисневий пульс; *КВО₂* - коефіцієнт використання кисню; *ВК₂/кг* – використання кисню на 1 кг маси тіла; *П/кг* – потужність на 1кг маси тіла.

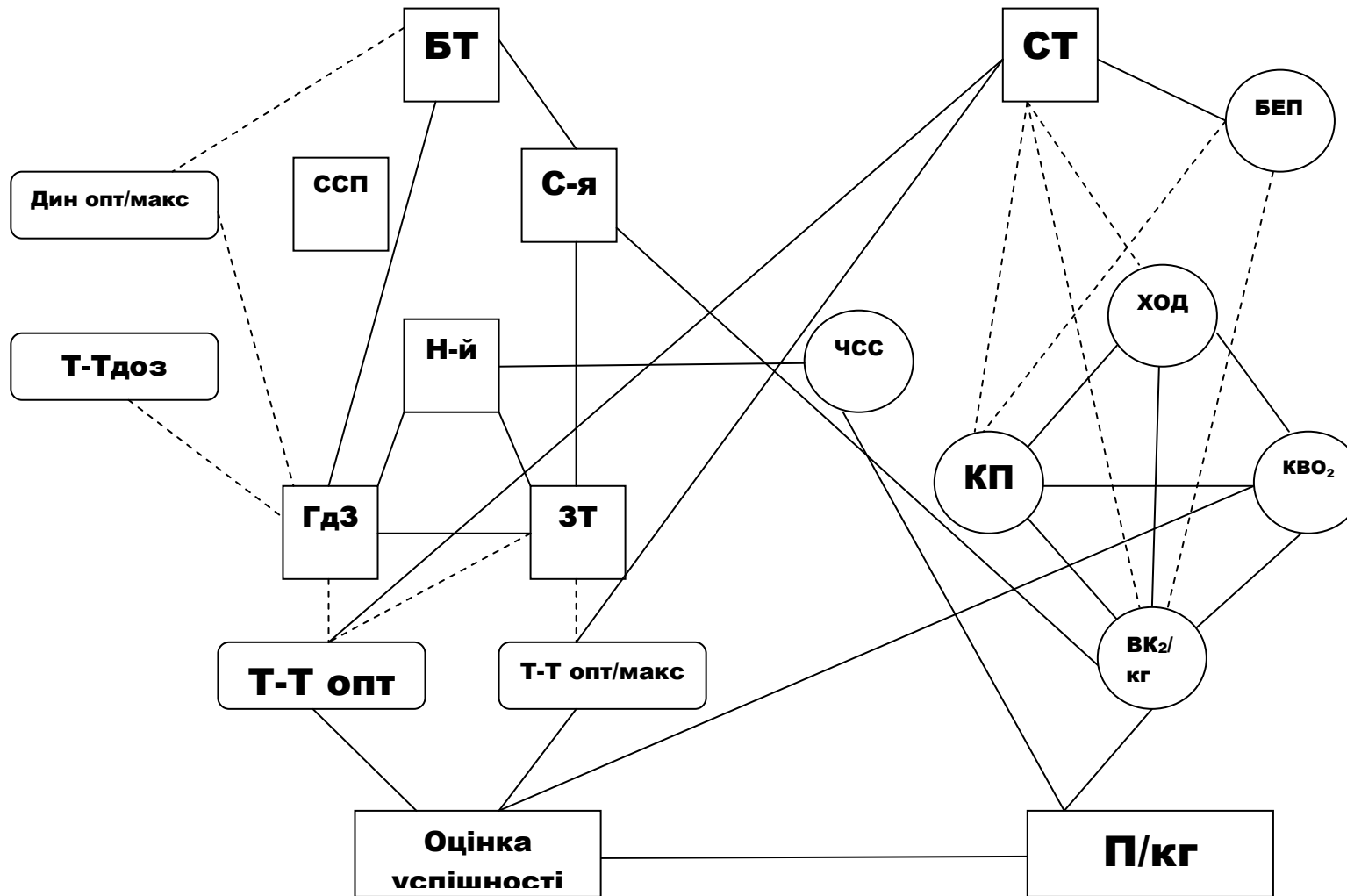


Рис. 1. Зв'язки показників психічного стану та успішності діяльності веслярів

Одержані кореляції показують, що емоційну напругу перед діяльністю "на витривалість" знижує енергетичний потенціал спортсмена, перешкоджаючи досягненню успіху.

Висновки. Результати кореляційного аналізу дозволяють назвати інформативні показники (критерії) перед і післядіяльнісного стану веслярів, пов'язаного з успішністю проходження ними змагальної дистанції при установці на максимальне використання своїх можливостей.

Перспективою подальших досліджень є В практичному і в науковому аспектах проблеми підвищення ефективності підготовки спортсменів відбувається поділ особистісного і діяльнісного підходів. Інтегратором цих підходів може бути тільки індивідуалізація підготовки, яка створює умови для реалізації комплексного особистісно-діяльнісного підходу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / Ксения Александровна Абульханова-Славская. – М. : Наука, 1991. – 319 с.
2. Ганзен В. А. Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека. Психические состояния / В. А. Ганзен, В. Н. Юрченко // Экспериментальная и прикладная психология. – Л. : ЛГУ, 1981. – Вып. 10. – С. 5-16.
3. Лебедев В. И. Экстремальная психология. Психическая деятельность в технических и экологически замкнутых системах : Учебник для студентов психол. фак., техн. вузов и курсантов трансп. уч-щ, а также для широкого круга читателей / Владимир Иванович Лебедев. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2001. – 431 с.
4. Клименко В. В. Психология спорта : Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Віктор Васильович Клименко. – К. : МАУП, 2007. – 432 с.
5. Медведев В. И. Психологические реакции человека в экстремальных условиях / В. И. Медведев // Экологическая физиология человека. Адаптация человека к экстремальным условиям среды. – М. : Наука, 1979. – С. 625-672.
6. Титович А. О. Вплив психофізіологічних станів осіб, які займаються фізичними вправами, на ефективність їх виконання : науковий журнал / А. О. Титович, М. Г. Самойлов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2010. – № 7. – С. 96-101.
7. Dale J. Burnout in sport : A review and critique / J. Dale, R. S. Weinberg // Journal of Applied Sport Psychology. – 1990. – № 2. – P. 67-83.
8. Gould D. Psychological skills for enhancing performance : Arousal regulation strategies / D. Gould, E. Udry // Medicine and Science in Sport and Exercise. – 1994. – № 26. – P. 478-485.

АНОТАЦІЇ

РОЛЬ ДИНАМІКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ ЗА СТАНОМ СПОРТСМЕНІВ У ПІДВИЩЕННІ ЕФЕКТИВНОСТІ УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ПІДГОТОВКИ .

Андрій Титович

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

В статті приводяться експериментальні дані, що стосуються можливості оцінки психічних станів спортсменів та їх практичне використання з метою підвищення ефективності тренувального процесу.

Ключові слова: тренування, показники, підготовка.

РОЛЬ ДИНАМИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ СПОРТСМЕНОВ В ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ПОДГОТОВКИ.

Андрей Титович

Сумской государственной педагогической университет имени А. С. Макаренко

В статье приводятся экспериментальные данные, касающиеся возможности оценки психических состояний спортсменов и их практическое использование в целях повышения эффективности тренировочного процесса.

Ключевые слова: тренировка, показатели, подготовка.

ROLE OF DYNAMICS OF PSYCHOLOGICAL TESTING AS ATHLETES IN BETTER MANAGING THE TRAINING PROCESS.

Andrew Titovich

Sumy State Pedagogical University named after AS Makarenko

The article presents experimental data concerning the possibility of assessing the mental state of athletes and their practical application to improve the efficiency of the training process.

Key words: training, performance, training.