Сравнительный анализ личностных особенности у теннисистов различной квалификации

Емшанова Ю.А.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Аннотации:

Проведен сравнительный анализ показателей, отражающих личностные особенности спортсменов различной квалификации. В исследовании приняли участие 36 спортсменов в возрасте от 14 до 26 лет. Было выявлено наличие достоверных различий в уровне подвижности нервных процессов, силы процессов торможения, выраженности показателей экстраверсии и нейротизма. Показатели качества внимания (концентрация внимания и скорость переработки информации) выше спортсменов высокой квалификации. Показатели тревожности (личностной, реактивной) также выше у спортсменов высокой квалификации. Выявлено, что у спортсменов более высокой квалификации, личностные особенности изменяются под воздействием вида спорта. Эти изменения снижают соревновательный стресс, способствуют улучшению результата, продлению спортивной карьеры спортсменов-теннисистов.

Ємшанова Ю.О. Порівняльний аналіз особистісних особливостей у тенісистів різної кваліфікації. Проведений порівняльний аналіз показників, що відображають особистісні особливості спортсменів різної кваліфікації. У дослідженні взяли участь 36 спортсменів у віці від 14 до 26 років. Було виявлено наявність достовірних відмінностей в рівні рухливості нервових процесів, сили процесів гальмування, вираженості показників екстраверсії і нейротизму. Показники якості уваги (концентрація уваги і швидкість переробки інформації) вище у спортсменів високої кваліфікації. Показники тривожності (особистісної, реактивної) також вище у спортсменів високої кваліфікації. Виявлено, що у спортсменів високої кваліфікації, особистісні особливості змінюються під впливом виду спорту. Ці зміни знижують стрес змагання і сприяють поліпшенню результату і продовженню спортивної кар'єри спортсменів-тенісистів.

Emshanova Y.O. Comparative analysis of individual peculiarities for tennis players of different qualification. A comparative analysis of indicators that reflect the personality characteristics of athletes of different skills. The study involved 36 athletes aged 14-26 years. Revealed the presence of significant differences in the level of mobility of nervous processes, the forces of braking, the severity indices of extraversion and neuroticism. Quality indicators of attention (concentration and speed of information processing) above highly skilled athletes. Indicators of anxiety (personal, reactive) is also higher in highly skilled athletes. Revealed that the athletes more skill, personality traits modified by the sport. These changes reduce the competitive stress, improving the performance, extend athletic career athletes tennis.

Ключевые слова:

спортсмен, теннисист, личностные, особенности.

спортсмен, тенісист, особистісні, особливості.

athlete, tennis player, individual, peculiarities.

Введение.

В теннисе, как и в других видах спорта, победа в соревнованиях зависит не только от уровня физической, технической, тактической и функциональной подготовленности спортсмена, но и в значительной мере от его психологической подготовленности, от его способности управлять своими действиями и поведением в сложнейших условиях соревновательной борьбы от своевременности выбора правильного решения, реализации технико-тактического потенциала, то есть от индивидуально-психологических и психофизиологических особенностей теннисиста [4, 6, 11, 12].

На современном этапе развития спорта, психология является не только средством, обеспечивающим удовлетворительную реализацию приобретенных качеств или исправления перед стартом накопленных в тренировках ошибок, но и, прежде всего, наукой, достижения которой способствуют наиболее эффективному выполнению любой деятельности, её проектированию и планированию [1, 2, 10].

Экстремальный характер спортивной деятельности, мотивированность на достижение высоких спортивных результатов, направленность на сознательное развитие своих двигательных способностей, своего физического «Я», субъективные переживания, высокий уровень волевых усилий, скорость приема и переработки информации, оперативность мыслительных действий – все это неполный перечень составляющих психической нагрузки, которая определяет как уровень психического состояния, так и уровень функциональной реактивности [3, 8, 9].

Знание особенностей влияния психической нагрузки на все сферы деятельности спортсмена входит в круг решения таких практических задач, актуальных для спорта высших достижений, как устранение влияния психической нагрузки на проявление специальных двигательных качеств спортсмена (координацию, выносливость, силу и т.д.) в различных условиях спортивной деятельности [5, 6]; восстановление работоспособности и уровня функциональной подготовленности спортсменов перед – и после больших тренировочных и соревновательных нагрузок; определение и формирование индивидуальной толерантности к стресс факторам в специфических условиях тренировочной и соревновательной деятельности; составление психоспортограмм профессионально важных качеств, лимитирующих эффективность и успешность выполнения тренировочной и соревновательной деятельности; выявление условий и механизмов психологической адаптации к экстремальным условиям спортивной деятельности и ряда других задач [3, 4, 7].

Поэтому объективно необходимым является изучение путей мобилизации внутренних ресурсов спортсмена с целью совершенствования его профессиональной подготовленности.

Необходимость и значимость исследований особенностей индивидуализации психологической подготовки в теннисе обусловлены факторами, которые определяются спецификой этого вида спорта, и соревновательной деятельности, равно как и индивидуально-личностными качествами теннисистов.

© Емшанова Ю.А., 2013

doi: 10.6084/m9.figshare.662589

Работа выполнена согласно «Сводному плану научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта на 2011-2015 гг.», тема 2.19 «Детерминанты психологического сопровождения и педагогических средств усовершенствования подготовки спортсменов в различных видах спорта».

Цель, задачи работы, материал и методы.

Целью работы является выявление индивидуально-типологические и личностные особенности теннисистов различной квалификации.

Методы исследования:

1. Теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы и опыта передовой практики;
2. Анкетирование;
3. Педагогический констатирующий эксперимент с использованием спортивно-педагогических и психодиагностических методов;
4. Методы математической статистики.

Организация исследования.

В исследовании приняло участие 36 спортсменов-теннисистов, находящихся на разных этапах многолетнего спортивного совершенствования (мастера спорта, кандидаты в мастера спорта и спортсмены первого разряда).

Результаты исследования.

По ряду показателей спортсмены МС достоверно отличаются от менее квалифицированных спортсменов. Так, возраст (и связанный с ним стаж) спортсменов МС и КМС достоверно различаются – теннисисты МС, в среднем, на пять лет старше (соответственно стаж - больше).

Выраженность силы нервных процессов, не отличается достоверно в исследованных группах (табл.1).

В то же время показатель силы процессов торможения достоверно выше у спортсменов МС и, связан с вышеуказанными показатель баланса нервных процессов, также достоверно различается у спортсменов МС и КМС. По-видимому, таким образом проявляются возрастные закономерности становления психики – в силу возрастных особенностей преобладание процессов возбуждения над процессами торможения уменьшается, повышается их сбалансированность.

Дополняют полученный результат показатели экстраверсии и нейротизма у теннисистов разной квалификации, из которых следует, что у спортсменов МС достоверно выше уровень нейротизма и ниже – экстраверсии.

Спортсмены более низкой квалификации также достоверно отличаются от высококвалифицированных спортсменов по ряду показателей, характеризующих параметры свойств внимания и определяющих эффективность соревновательной деятельности: таких, как концентрация и скорость переработка информации, требующей значительного внимания (у МС данные показатели выше) (табл. 2).

Кроме вышеуказанных отличий, спортсмены, чья квалификация ниже, также достоверно отличаются от высококвалифицированных спортсменов по ряду показателей, определяющих эффективность соревновательной деятельности: к ним относятся уровень и структура мотивации, уровень самооценки, уровень локус контроля, уровень личностной и реактивной тревожности (табл. 3).

Наиболее характерным отличием мы также посчитали то, что мотивация достижения успеха у теннисистов меньшей квалификации достоверно выше, а избежания неудачи – ниже, что обусловливает структуру мотивации, в которой доминирует достижение успеха. У высококвалифицированных теннисистов, напротив, превалирует мотивация избежания неудачи, что является психологически не оправданным, поскольку эти спортсмены, в таком случае, отличаются тревожностью, острой реакцией на угрожающие ситуации и эмоциональной нестабильностью.

В то же время следует отметить, что у теннисистов более низкой квалификации, как и у теннисистов мастеров спорта, уровень мотивации имеет низкую выраженность данного показателя.

Таблица 1

Выраженность показателей индивидуально-типологических характеристик; возраста и стажа у теннисистов разной квалификации

	Возраст и стаж; индивидуально-типологические характеристики	Данные подготовительного периода				
		Теннисисты мастера спорта (МС) n=21		Теннисисты кандидаты в мастера спорта (КМС) n=15		Значение t-критерия Стьюдента
		$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	
1	Возраст	18, 6	2, 6	13, 7	1, 0	7, 74**
2	Стаж	12, 2	2, 9	5, 9	0, 8	9, 47**
3	Сила процессов возбуждения	57, 2	5, 8	59, 4	5, 4	–
4	Сила процессов торможения	54, 5	10, 4	47, 6	6, 2	2, 49*
5	Баланс нервных процессов	1, 1	0, 3	1, 2	0, 1	–
6	Подвижность нервных процессов	63, 7	8, 0	57, 0	8, 4	2, 41*
7	Экстраверсия	12, 4	2, 8	15, 6	3, 1	3, 15**
8	Нейротизм	13, 0	3, 0	10, 7	1, 1	3, 18**

Примечания: ** – $p \leq 0, 01$; * – $p \leq 0, 05$; «–» – $p > 0, 1$

Таблица 2

Выраженность характеристик свойств внимания у теннисистов разной квалификации

	Характеристики свойств внимания	Подготовительный период				
		Теннисисты мастера спорта (МС) n=21		Теннисисты кандидаты в мастера спорта (КМС) n=15		Значение t-критерия Стьюдента
		$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	
1	Точность внимания (за 5')	0, 950	0, 04	0, 945	0, 04	–
2	Концентрация внимания (за 5')	714	133	536	94	4, 72 **
3	Скорость переработки информации	1, 229	0, 3	0, 915	0, 2	4, 39**

Примечания: ** – p≤0, 01; «–» – p>0, 1

Таблица 3

Выраженность показателей психологических характеристик у теннисистов разной квалификации (соревновательный период)

	Психологические характеристики	Соревновательный период				
		Теннисисты мастера спорта (МС) n=21x2=42		Теннисисты кандидаты в мастера спорта (КМС) n=15x2=30		Значение t-критерия Стьюдента
		$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	
1	Самооценка (по Будасси)	0, 5	0, 4	0, 8	0, 0	4, 98 **
2	Личностная тревожность	40, 4	5, 7	34, 5	3, 8	5, 31**
3	Реактивная тревожность	41, 7	9, 5	34, 7	2, 3	4, 58 **
	Особенности локализации контроля					
1	Общий уровень интернальности	4, 8	1, 6	4, 8	0, 5	-
2	Интернальность в сфере достижений	6, 0	1, 6	6, 0	0, 8	-
3	Интернальность в сфере неудач	4, 9	1, 9	4, 4	1, 0	-
4	Интернальность в сфере производственных отношений	3, 7	1, 0	4, 0	0, 6	-
5	Интернальность в сфере межличностных отношений	6, 3	1, 1	5, 6	1, 1	2, 28*
6	Интернальность в сфере здоровья	3, 4	1, 3	3, 8	2, 1	-
	Особенности мотивационной сферы					
1	Направленность на себя	7, 6	1, 5	8, 6	1, 6	2, 63**
2	Направленность на деятельность	13, 0	1, 7	11, 6	1, 1	4, 25**
3	Направленность на общение	6, 5	1, 9	6, 9	1, 3	-
4	Выраженность мотивации достижения успеха	10, 5	3, 0	14, 5	3, 1	4, 69**
5	Выраженность мотивации избежания неудачи	13, 4	4, 7	10, 1	2, 5	3, 61**
6	Структура мотивации	0, 9	0, 6	1, 6	0, 6	4, 13**
7	Мотивационное состояние (по Сопову)	20, 8	3, 0	21, 9	2, 1	1, 84

Примечания: ** – p≤0,01; * – p≤0,05; «–» – p>0,1

Самооценка менее квалифицированных спортсменов также достоверно выше. В то же время самооценка теннисистов МС не соответствует оптимальному уровню, а находится на уровне ниже нормального минимального и достаточно неоднородна. Из приведенного можно заключить, что, с одной стороны, недостаточная мотивация, а с другой – чрезмерное доминирование мотивации достижения успеха (недооценивание возможных неудач) и неадекватно высокая самооценка, характерные для теннисистов КМС приводит со временем (с приобретением опыта поражений, который переживается в таком случае болез-

ненно) к нежелательному изменению и структуры мотивации, и уровня самооценки. Сказанное подтверждается достоверно более высоким уровнем личностной и реактивной тревожности, характерным для высококвалифицированных теннисистов. При этом теннисистам высокой квалификации характерна и значительная направленность на деятельность, по сравнению с направленностью на себя, выраженной больше у спортсменов КМС и I разряда (см. табл. 3).

В подготовительном периоде из показателей, отражающих активационное состояние, для спортсменов менее квалифицированных (КМС, первый разряд) характерна большая активность и удовлетворенность жизнью, а также меньшее психическое утомление и более высокий коэффициент адаптированности.

Уровень психологической подготовленности у исследованных спортсменов практически одинаков.

Выводы.

Таким образом, мы отмечаем, у спортсменов более высокой квалификации, личностные особенности изменяются под воздействием вида спорта (тренировочной и соревновательной деятельности), что позволяет предположить об осуществлении адаптация теннисиста к напряженной спортивной деятельности и эти изменения снижают соревновательный стресс, в свою очередь, способствуя улучшению результата и продлению спортивной карьеры спортсменов-теннисистов.

Дальнейшие исследования будут направлены на определение влияния показателей психологических характеристик у теннисистов разной квалификации.

Литература

1. Аболин Л.М. К проблеме психологического стресса в спорте / Л.М. Аболин, Т.И. Аболина // Психология спортивной деятельности / Ред. П.А. Жоров. – Казань, 1985. – С. 169–178.
2. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян. – М., 1983. – С. 542–543.
3. Воронова В.И. Личностные качества высококвалифицированных футболистов, влияющие на эффективность их деятельности / В.И. Воронова, С.Е. Шутова // Футбол-профи. – Донецк. – 2006. – №2(3). – С. 34–43.
4. Горская Г.Б. Психологические факторы самореализации профессионалов высокого класса / Г.Б. Горская / Дисс.д. психол. н. – М., 1997. – 320 с.
5. Метцлер П. Современный теннис / П. Метцлер. – М, ФиС., 1973. – С. 27.
6. Платонов В.Н. Основы управления в системе подготовки спортсменов / В.Н. Платонов // Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К., Олимпийская литература. –1997. – С. 421–427.
7. Плахтиенко В.А., Блудов Ю.М. Надежность в спорте. – М., 1983. – 176 с.
8. Скородумова А.П. Роль психологической подготовки в теннисе. – М., Физкультура и спорт. – 1995. – 45 с.
9. Скородумова А.П. Теннис – как добиться успеха. – М.: PRO-PRESS, 1994. – 175 с.
10. Толочек В.А. Индивидуальный стиль деятельности – устойчивость и изменчивость // Вопросы психологии. – 1987. – № 4. – С. 100–108.
11. Stagner R. Individual Style. – N-Y., 1975. – 234 p.
12. Weiner B. An attributional theory of achievement motivation and emotion // Psychol. Review. – 1985. – vol.89(4). – pp. 548–573.

References

1. Abolin L.M., Abolina T.I. K probleme psikhologicheskogo stressa v sporte [The problem of psychological stress in sport]. *Psikhologiia sportivnoj deiatel'nosti* [Psychology of sports activity], Kazan, 1985, pp.169-178.
2. Vardanian B.Kh. Mekhanizmy reguliacii emocional'noj ustojchivosti [Mechanisms of regulation of emotional stability], Moscow, 1983, pp.542-543.
3. Voronova V.I., Shutova S.E. *Futbol-profi* [Football pro], 2006, vol.2(3), pp.34-43.
4. Gorskaia G.B. *Psikhologicheskie faktory samorealizacii professionalov vysokogo klassa* [Psychological factors of self-high-class professionals], Dokt. Diss., Moscow, 1997, 320 p.
5. Metcler P. *Sovremennyj tennis* [Modern tennis], Moscow, Physical Culture and Sport, 1973, pp.27-29.
6. Platonov V.N. *Obshchaia teoriia podgotovki sportsmenov v Olimpijskom sporte* [A general theory of preparation of sportsmen in Olympic sport], Kiev, Olympic Literature, 1997, 584 p.
7. Plakhtienko V.A., Bludov Iu.M. *Nadezhnost' v sporte* [Reliability in sports], Moscow, 1983, 176 p.
8. Skorodumova A.P. *Rol' psikhologicheskoj podgotovki v tennise* [The role of psychological training in tennis], Moscow, Physical Culture and Sport, 1995, 45 p.
9. Skorodumova A.P. *Tennis – kak dobit'sia uspekha* [Tennis - how to succeed], Moscow, PRO-PRESS, 1994, 175 p.
10. Tolochek V.A. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], 1987, vol.4, pp.100-108.
11. Stagner R. *Individual Style*, N-Y, 1975, 234 p.
12. Weiner B. An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 1985, vol.89(4), pp. 548–573.

Информация об авторе

Емшанова Юлия Алексеевна: Oleg.Emshanov@delta-sport.kiev.ua; Национальный университет физического воспитания и спорта Украины; ул. Физкультуры 1, г.Киев, 03680, Украина.

Information about the author

Emshanova Y.O.: Oleg.Emshanov@delta-sport.kiev.ua; National University of Physical Education and Sport of Ukraine; Fizkultury str. 1, Kiev, 03680, Ukraine.

Цитируйте эту статью как: Емшанова Ю.А. Сравнительный анализ личностных особенности у теннисистов различной квалификации // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 4. – С. 23-26. doi:10.6084/m9.figshare.662589

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru).

Cite this article as: Emshanova Y.O. Comparative analysis of individual peculiarities for tennis players of different qualification. *Physical education of students,* 2013, vol.4, pp. 23-26. doi:10.6084/m9.figshare.662589

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en).

Дата поступления в редакцию: 17.02.2013 г.
Опубликовано: 01.05.2013 г.

Received: 17.02.2013
Published: 01.05.2013