

АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ
ІНДИВІДУАЛЬНОГО СТИЛЮ
ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ



Степаненко Володимир

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний
університет імені Григорія Сковороди»

Анотація

Основним заданием исследования стал общий анализ особенностей формирования индивидуального стиля деятельности спортсменов. Обобщены данные исследований по проблеме индивидуализации подготовки спортсменов-единоборцев. Проанализированы основные недостатки и ограничения в экспериментальных исследованиях, касающихся вопросов формирования индивидуального стиля деятельности единоборцев.

Определено, что существующие экспериментальные и методические работы преимущественно изолированно решают проблемы спортивной подготовки и проблемы индивидуального стиля деятельности в спортивных играх.

Отмечено, что вместе с общими чертами игровой деятельности, которые присущи всем спортивным играм (оперативный характер и нестационарные условия деятельности, высокая психическая напряженность, динамизм, зависимость результата от коллективных действий партнеров), существуют и отличительные, – которые обусловлены прежде всего правилами той или иной игры (размеры игровых площадок, способ достижения результата, количество игроков). Данные отличия обуславливают

своеобразие технико-тактических действий игроков в разных спортивных играх и предусматривают необходимость применения разных подходов к проблеме формирования индивидуального стиля игровой деятельности.

Обоснована необходимость поощрения результатов альтернативных организационных и научно-методических подходов к системе многолетней спортивной подготовки. Отмечено, что одним из таких подходов может стать объединение всех средств и методов на первом-третьем этапах многолетней подготовки юных футболистов вокруг основного задания – формирования индивидуального стиля игровой деятельности.

Ключевые слова: индивидуальный стиль деятельности, спортивные игры, футбол.

Annotation

The main task of research is general analysis of peculiarities the formation of individual style of sports activities. These researches from the problem of individualization preparation of sportsmen – single combats are generalized in it. The base shortcomings and limitations in the experimental researches, its related of questions by formation of individual style of activities of single combats are analyzed.

The available experimental and

methodical works mainly isolated decided of problems of sportive training and problems of individual style of activities in sports games are determined.

Indicated, that together from general features of games activities, its characterized all sportive games (operative character and transient conditions of activities, creative psychical intensity, dynamism, dependence of result from collective actions of partners), there are excellent, that implied by rules of other games (sizes of games grounds, means of achievement the result, number of players). These differences predetermined of originality of technician-tactical actions of players in different sportive games and provide of necessity of using the different approaches according problems of formation of individual style of games activities.

The necessity of promotion of results to alternative organizational and scientifically-methodical approaches to system of long-term sportive training is founded. Indicated, that one from that approach may be of association all means and methods on the first-third stages of long-term preparation of young players around of the main task – formation of individual style of games activities.

Key words: individual style of activities, sportive games, soccer.



Постановка проблеми. Тенденції розвитку сучасного спорту передбачають багаторічний і чітко спланований процес досягнення вищої спортивної майстерності та обумовлюють необхідність удосконалення системи її поетапного формування [7].

Індивідуальна ступінь підготовленості спортсмена в багаторічному аспекті визначається діалектичним зв'язком ендогенних факторів (зростання і розвитку) та екзогенних факторів навколишнього середовища (наприклад, тренувальних і змагальних навантажень і відновлення організму) [10]. Взаємодія ендогенних та екзогенних факторів формує певні динамічні стани, які відповідно до теорії і методики спорту, теорії адаптації і є становленням спортивної майстерності [10].

Окремою проблемою адаптації в спорті є розвиток адекватних пристосувальних реакцій в умовах виключної варіативності змагальної діяльності, особливо – в ситуативних видах спорту, наприклад, у спортивних іграх. Постійні дії в нестационарному середовищі (дії спортсмена залежать від дій суперників та партнерів) вимагають від процесу підготовки спортсменів у ігрових видах багатофакторності та поліфункціональності [7].

Однією із тенденцій сучасного спорту вищих досягнень є підвищення ролі яскравих індивідуальних особливостей як фактора, що визначає перспективність спортсмена та його здібність до досягнення найвищих результатів [4].

Наведеними положеннями визначається важливість проблеми індивідуалізації підготовки футболістів дитячого та юнацького віку з позиції формування індивідуального стилю спортивної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Реалізуючи напрям індивідуалізації сучасна спортивна наука і практика пропонує безліч підходів. До них відносять вдо-

сконалення інформаційного супроводу процесів контрольно та управління тренувальною і змагальною діяльністю [1], оптимізацію розподілу тренувальних засобів у процесі багаторічної підготовки [2], використання тренажерно-вимірвальних пристроїв [9], раціональне використання засобів відновлення працездатності [7] та ін.

З метою підвищення якості навчально-тренувального процесу вирішені питання індивідуалізації різних аспектів підготовки спортсменів [1] та розроблено багато індивідуальних тренувальних програм, як для різних видів спорту, так і для окремих спортсменів [1, 2, 10, 11]. Конкретні рекомендації щодо індивідуальної побудови навчально-тренувального процесу запропоновані переважно в індивідуальних видах спорту [10].

Проте необхідно відзначити фундаментальні дослідження Козіної Ж.Л. (2010), що дозволили розробити систему, напруги й обґрунтувати концепцію індивідуалізації навчально-тренувального процесу в ігрових видах спорту (наприкладі баскетболу та волейболу) [3] та Тучашвілі І.Ш. (2003), який визначив шляхи формування, удосконалення та виявлення індивідуального стилю ігрової діяльності на прикладі кваліфікованих тенісистів, баскетболістів та волейболістів [10].

Відзначаючи цінність даних досліджень, необхідно звернути увагу на те, що переважна їх більшість стосується висококваліфікованих спортсменів, а дослідження в галузі підготовки юних спортсменів у спортивних іграх недостатньо повно конкретизують низку важливих питань процесу спортивного удосконалення футболістів дитячого та юнацького віку.

Вище зазначене обумовлює необхідність пошуків шляхів індивідуалізації процесу підготовки футболістів на першому-третьому етапах багаторічної підготовки з позиції формування індивідуального стилю діяльності.

Мета дослідження – провес-

ти загальний аналіз особливостей формування індивідуального стилю діяльності спортсменів.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та мережі Інтернет, а також досвіду передової практики.

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження багатьох вчених [1, 2, 10] дозволяють стверджувати, що під впливом змагальної діяльності з вирішенням оперативних завдань в екстремальних умовах формуються певні індивідуальні властивості, які, з одного боку, сприяють розвитку спеціальних здібностей, а з іншого, є основою формування індивідуального стилю діяльності спортсмена.

У теорії спорту більшість досліджень індивідуального стилю діяльності виконана на прикладі двобоїв (боксу, боротьби, фехтування). Це свідчить про те, що саме у двобоях індивідуальний стиль діяльності виявляється особливо яскраво та значною мірою обумовлює характеристики змагальної діяльності спортсмена.

У працях педагогічного напрямку індивідуальний стиль діяльності визначається виключно за показниками, що характеризують способи вирішення змагальних завдань. У даному випадку необхідно відзначити дослідження Д.А. Тишлера [11], який індивідуальний стиль діяльності фехтувальників визначав шляхом аналізу об'ємів і результативності бойових засобів і використання підготовчих дій. Зокрема зазначено, що оцінювання індивідуальних здібностей та особливостей застосування бойових засобів, обсягу боїв із комплексними тактичними характеристиками дозволяють визначити тактичну спрямованість спортсменів і сформувати певні перспективи вдосконалення процесу управління їх тренувальною діяльністю для створення найбільш ефективного стилю фехтувальників.



Більшість авторів індивідуальний стиль у двобою поєднують із своєрідністю ведення бою (сутички), як правило, атакуючою або захисною [8, 9, 11]. Дані, отримані в цих дослідженнях, безумовно, свідчать про індивідуально-психологічну обумовленість своєрідності ведення поєдинків. Зокрема, для «атакуючого» стилю характерна міцна нервова система, перевага процесів збудження та їх інертність, тоді як для «захисного» (контратакуючого) стилю характерною є слабка нервова система, перевага процесів гальмування та рухливості збудження. Отже, необхідно зазначити, що ці дослідження спрямовані перш за все на пошук шляхів науково обґрунтованого формування індивідуального стилю ведення поєдинку [2, 9, 11].

Дослідження, виконані на прикладі кваліфікованих спортсменів-єдиноборців засвідчили, що основою індивідуального стилю діяльності є властивості нервової системи та їх психологічні прояви. Як правило, сильною нервовою системою відрізняються спортсмени, схильні до темпової діяльності.

Динамічність і рухливість нервових процесів пов'язані зі швидкістю «впрацьовування» та зміною структури діяльності у відповідь на зміну тактичної ситуації. Індивідуальний стиль діяльності таких спортсменів базується на великій різноманітності вчасно використовуваних техніко-тактичних дій.

Баланс нервових процесів пов'язують, перш за все, зі стійкістю реакції на екстремальні ситуації, стабільністю та надійністю техніко-тактичних дій. Ці особливості можуть бути притаманні будь-якому індивідуальному стилю діяльності, отже у даному випадку маємо справу не із типовим, а з універсальним фактором ефективності змагальної діяльності.

Результати експерименталь-

них досліджень Х.З. Гаппарова [1], А.В. Родіонова [8] та Є.В. Калмикова [2], які виконані на прикладі кваліфікованих боксерів і фехтувальників, дозволили визначити чотири стилі бойової діяльності єдиноборців, що переважно обумовлені індивідуальними проявами когнітивних процесів: «рефлексивний», «аналітичний», «раціональний», «рецептивний». Для кожної такої групи виділені симптомокомплекси, які містять різнорівневі (інтелектуальні, особистісні, психофізіологічні) властивості інтегральної індивідуальності. Окрім того, встановлено, що найменш стійким є психічний компонент діяльності у спортсменів «рефлексивного» типу і фізичний компонент спортивної дієздатності – у спортсменів «раціонального» типу. Найбільш стабільними є психічний компонент діяльності спортсменів «аналітичного» типу та фізичний компонент – у спортсменів «рецептивного» типу.

Є.В. Калмиков запропонував розрізнити такі типові характеристики індивідуального стилю змагальної діяльності спортсменів-єдиноборців:

- «динамічні», які переважно відповідають «рецептивному» типу за класифікацією, запропонованою для фехтувальників (схильність до високого темпу ведення двобою з використанням переваги над суперником у своїй психічній і фізичній працездатності; тактичні дії зазвичай експромтні, тому що спортсмен уявляє тільки загальні риси своєї поведінки у двобої);

- «акцентовані», які переважно відповідають «раціональному» типу за класифікацією, запропонованою для фехтувальників (максимальне використання своїх сильних сторін, які переважно проявляються в рівні розвитку швидко-силових, перцептивних і психомоторних якостей; окремі акцентовані техніко-тактичні дії, які засвоєні до рівня до-

сконалості і фактично слугують вирішальним фактором успіху);

- «рефлексивні» – цей термін повністю відповідає класифікації запропонованої для фехтувальників (змагальна поведінка будується на тактиці вишуканого обігрування суперника із урахуванням усіх нюансів його дій та на ефективного використанні механізмів рефлексії (судження за суперника));

- «універсальні», які переважно відповідають «аналітичному» типу за класифікацією, запропонованою для фехтувальників (сама назва індивідуального стилю діяльності містить його характеристику).

Узагальнення даних досліджень із проблеми індивідуалізації підготовки спортсменів-єдиноборців виявило ряд невирішених питань [9]. Зокрема, дослідження, які виконані в межах концепції індивідуального стилю діяльності, мають певні обмеження:

- основою індивідуального стилю у більшості робіт є одна властивість – сила нервової системи відносно процесу збудження;

- результати досліджень виділяють та описують два, рідше три індивідуально-типові стилі, які не відображають усієї різноманітності вияву індивідуальних особливостей єдиноборців;

- індивідуальний стиль діяльності ототожнюється зі стилем ведення змагального двобою і зазвичай описується параметрами техніко-тактичної та фізичної підготовленості;

- має місце неправомірне ототожнення індивідуального стилю змагальної діяльності із тактикою ведення боротьби, яка може змінюватися у процесі поєдинку – залежно від успішності вирішення завдань і може реалізуватися за допомогою різних стилів.

Указані недоліки в дослідженні проблеми індивідуалізації обумовлюють недостатню розробку багатьох методичних і прикладних питань індивідуального підходу в єдиноборствах.



Необхідно зазначити, що наявні експериментальні та методичні праці переважно ізольовано вирішують проблеми спортивної підготовки і проблеми індивідуального стилю діяльності в спортивних іграх. Виключення складають фундаментальні дослідження І.Ш. Тучашвілі [10], виконані на прикладі тенісу, баскетболу та волейболу.

Дослідження, проведені з тенісистами, дозволили виділити три основних типи, що характеризують функціональну структуру психорегуляторної системи юних спортсменів:

- раціональний тип, який відображає схильність щодо практичного перетворення, переробки, покращення, удосконалення – до дієвої реалізації – планів;

- рефлексивний тип, що відображає схильність до пізнання вземозв'язків між об'єктами та явищами; до об'єднання частин у ціле: до оцінювання значущості окремих процесів у загальній системі функціонування;

- рецептивний, сприймаючий тип, що відображає схильність до оперування образами, фантазією, до уяви і творчості.

Емпіричний розподіл юних баскетболісток за виявленням трьох властивостей у процесі ігрової діяльності дав яскраву картину типових відмінностей у поведінці та ігровій діяльності спортсменок із різними ознаками властивостей – врівноваженості та неврайованості, рухливості та інертності, лабільності та нелабільності. Зокрема, названі три властивості виявляються у схильності до «страхуючої» (нестрахуючої), алгоритмічної (інтуїтивної) поведінки за умов вирішення тактичних завдань, ведення боротьби в екстремальних ситуаціях. Автор розподілив спортсменок за характеристикою таких компонентів стилю ігрової діяльності наступним чином:

- «нестрахуючий алгоритмічний стиль ігрової діяльності»

(сила нервової системи в найбільшій мірі проявляється у спортсменок, які схильні до відсутності опори на страховку з боку партнерів, водночас у них більше виявляються алгоритмічні, завчасно задумані тактичні дії);

- «страхуючий алгоритмічний стиль ігрової діяльності» (баскетболістки з інертними нервовими процесами в своїх діях постійно виявляють тенденцію до опори на страховку з боку партнерів та алгоритмічні тактичні рішення);

- «нестрахуючий інтуїтивний стиль ігрової діяльності» (спортсменки, в яких чітко виявляється тільки лабільність нервових процесів, відсутність схильності до страховки дій партнерами та опора на інтуїтивні рішення).

Дослідження, проведені з волейболістками, також дали можливість сформувати три групи спортсменок, відмінних за стилем ігрової діяльності:

- «когнітивний» (характеризується високим рівнем когнітивної діяльності);

- «реактивний» (домінування особистісних рис, пов'язаних із «силою характеру», та високі показники більшості сенсомоторних реакцій);

- «прогнозуючий» (середній рівень сенсомоторних реакцій відносно спортсменок першої та другої груп, високі показники ймовірнісного прогнозування).

Важливо відмітити, що разом із загальними рисами ігрової діяльності, які притаманні всім спортивним іграм (оперативний характер та нестационарні умови діяльності, висока психічна напруженість, динамізм, залежність результату від колективних дій партнерів), існують і відмінні, які обумовлені, перш за все, правилами тієї чи іншої гри (розміри ігрових майданчиків, спосіб досягнення результату, кількість гравців). Ці відмінності зумовлюють своєрідність техніко-тактичних дій гравців у різних спортивних іграх і передбачають

необхідність застосування різних підходів щодо проблем формування індивідуального стилю ігрової діяльності, що і продемонстрували дослідження І.Ш. Тучашвілі [10].

Основною проблемою всього пострадянського дитячого футболу є протиріччя між необхідністю вирішення основної мети спортивного вдосконалення, а саме, підготовки висококваліфікованого резерву для професіональних команд і надмірною орієнтованістю керівників і тренерів ДЮСШ на поточний результат: очки, залікові місця у різноманітних першостях, турнірах, важливість здобуття перемог навіть у товариських змаганнях. Саме наявність даного протиріччя обумовлює свідомий вибір тренерами дитячих команд таких засобів і методів відбору і тренування, які призводять до передчасного вичерпування резервних можливостей зростаючого організму.

Враховуючи те, що одним із напрямів, які обумовили прогрес спорту у світі відповідно до загальної теорії підготовки спортсменів В.М. Платонова [7], є залучення результатів альтернативних організаційних і науково-методичних підходів до системи багаторічної спортивної підготовки. Необхідно зазначити, що одним із таких підходів може стати об'єднання всіх засобів і методів на першому-третьому етапах багаторічної підготовки юних футболістів навколо основного завдання – формування індивідуального стилю ігрової діяльності.

На нашу думку, саме реалізація даного підходу дасть можливість переорієнтувати цільові настанови дитячого футболу з необхідності підготовки сильної дитячої команди на підготовку індивідуально сильних гравців.

Висновки та перспективи подальших досліджень:

1. Узагальнення даних досліджень із проблеми індивідуалізації підготовки спортсменів-єдино-



борців виявило ряд невіршених питань. Зокрема, дослідження, які виконані в межах концепції індивідуального стилю діяльності, мають певні обмеження:

- основою індивідуального стилю у більшості робіт є одна властивість – сила нервової системи відносно процесу збудження;

- результати досліджень виділяють та описують два, рідше три індивідуально-типові стилі, які не відображають усієї різноманітності вияву індивідуальних особливостей єдиноборців;

- індивідуальний стиль діяльності ототожнюється зі стилем ведення змагального двобою та зазвичай описується параметрами техніко-тактичної та фізичної підготовленості;

- має місце неправомірне ототожнення індивідуального стилю змагальної діяльності із тактикою ведення боротьби, яка може змінюватися у процесі поєдинку залежно від успішності вирішення завдань та може реалізуватися за допомогою різних стилів.

2. Важливо зазначити, що разом із загальними рисами ігрової діяльності, які притаманні всім спортивним іграм (оперативний характер і нестационарні умови діяльності, висока психічна напруженість, динамізм, залежність результату від колективних дій партнерів), існують і відмінні, що обумовлені, перш за все, правилами тієї чи іншої гри (розміри ігрових майданчиків, спосіб досягнення результату, кількість гравців). Дані відмінності зумовлюють своєрідність техніко-тактичних дій гравців у різних спортивних іграх і передбачають необхідність застосування різних підходів щодо проблем формування індивідуального стилю ігрової діяльності.

3. Враховуючи необхідність заохочення результатів альтернативних організаційних і науково-

методичних підходів до системи багаторічної спортивної підготовки, необхідно зазначити, що одним із таких підходів може стати об'єднання всіх засобів і методів на першому-третьому етапах багаторічної підготовки юних футболістів навколо основного завдання – формування індивідуального стилю ігрової діяльності. На нашу думку, саме реалізація даного підходу дасть можливість переорієнтувати цільові настанови дитячого футболу з необхідності підготовки сильної дитячої команди на підготовку індивідуально сильних гравців.

Література:

1. Гаппаров Х.З. Индивидуализация средств и методов тактической подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков-рапиристов : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Х. З. Гаппаров. – М., 1994. – 22 с.
2. Калмыков Е.В. Индивидуализация тактической подготовки боксеров применительно к особенностям психологических качеств, влияющих на тактическое мастерство : автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Е.В. Калмыков. – М., 1983. – 23 с.
3. Козіна Ж.Л. Теоретико-методичні основи індивідуалізації навчально-тренувального процесу спортсменів в ігрових видах спорту: автореф. дис. на здобут. наук. ступ. докт. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і проф. спорт» / Козіна Жаннетта Леонідівна. – К., 2010. – 43, [1] с.
4. Костюкевич В.М. Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видів спорту: автореф. дис. на здобут. наук. ступ. докт. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і проф. спорт» / Костюкевич Віктор Митрофанович. – К., 2012. – 41, [1] с.
5. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов: метод.пособ. / Олег Борисович Лапшин. – М.: Человек, 2010. – 174, [2] с.
6. Петухов А.В. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов: проблемы и пути решения: монография. – М.: Сов.спорт, 2006. – 232 с.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и ее практ. приложение. – К.: Олимп.л-ра, 2004. – 804 с.
8. Родионов А.В. Психолого-педагогические методы повышения эффективности решения оперативных задач в спорте : автореф. дисс. на соискание учен. степени докт. пед. наук : спец. 13.00.04 / А.В. Родионов. – М., 1990. – 46 с.
9. Сиротин О.А. Психолого-педагогические основы индивидуализации спортивной подготовки дзюдоистов : монография / О.А. Сиротин. – Челябинск : [б. и.], 1996. – 314 с.
10. Тучашвили И.Ш. Формирование, совершенствование и проявление индивидуального стиля игровой деятельности : дис... д-ра пед. наук : 13.00.04 / И.Ш. Тучашвили. – М. : РГБ, 2003. – 347 с.
11. Тышлер Д.А. Теория и методика спортивного совершенствования в современных единоборствах : автореф. дисс. на соискание учен. степени доктора пед. наук : спец. 13.00.04 / Д. А. Тышлер. – М., 1984. – 46 с.

