

IV. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

В условиях становления украинской государственности, интеграции нашей страны в мировое сообщество, активизации внешнеэкономических связей значительно возросла потребность в квалифицированных специалистах области физического воспитания и спорта.

Развитие и функционирование физической культуры обусловлены факторами, условиями и принципами существования общества, в том числе и нормой учета исторического материала, внимательное изучение ценностей и мотивов студентов как необходимость формирования человека будущего.

Поэтому интеграция образования определяется ведущим принципом реформирования современного образования. Субъектом профессиональной деятельности специалистов по физическому воспитанию и спорту, как представителей социономических профессий, есть отдельный человек или группа людей. Этим детерминируются требования к профессиональным качествам будущих специалистов: высокий уровень профессиональных знаний, умений и навыков, ответственность за здоровье людей, умение налаживать продуктивные межличностные отношения, эффективно сотрудничать с пациентами и коллегами, создавать положительный эмоциональный микроклимат, избегать конфликтных ситуаций, предвидеть и адекватно оценивать социальные последствия разноплановой деятельности.

Ключевые слова: педагогические компоненты, ценности, мотивы, история физического воспитания, спорт.

PEDAGOGICAL COMPONENTS OF VALUE-MOTIVATIONAL SPHERE OF STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION

Oksana Kryzhanivska

Carpathian National University named after V. Stefaniuk

Humanization of education in Ukraine is one of the priorities of the social and spiritual revival of society requires specialists and professionals capable of thinking creatively, independently solve production problems caused by modern market relations.

In the formation of the Ukrainian state, our country's integration into the world community, activation of foreign economic relations significantly increased the demand for qualified specialists in physical education and sport. Development and operation of physical education due to factors, conditions and principles of the existence of society, including the accounting standards of historical material, careful study of the values and motives of students as the need to build human future.

Therefore, the integration of education is determined by the guiding principle of modern education reform. The subject of professional activity in physical education and sport, as representatives socioeconomic professions, there is a separate person or group of people.

These are determined by the requirements for professional skills of future professionals: a high level of professional knowledge and skills, responsibility for the health of people, the ability to establish productive interpersonal relationships, collaborate effectively with patients and colleagues, creating a positive emotional climate, to avoid conflict situations, to anticipate and adequately assess social effects of diverse activities.

Key words: pedagogical components, values, motives, history of physical education and sports.

ТИПИ ТЕМПЕРАМЕНТІВ СПОРТСМЕНІВ У САННОМУ СПОРТІ

Куречко Г.О., Казмірук А.В., Зіньків О.В., Стефанишин Н. І.

Львівський державний університет фізичної культури

Львівський національний університет ім. І. Франка

Постановка проблеми. Санний спорт полягає у спусканні спортсмена на санях по спеціально сконструйованій трасі з штучним і природнім заморожуванням льоду. На зимових Олімпійських іграх проводять змагання з дисциплін: одномісні сани, двомісні сани (чоловіки та жінки) та змішана естафета. Проходження траси по складних віражах вимагає від спортсмена високого рівня фізичної, технічної та тактичної підготовки. Адже під час спуску спортсмен розвиває швидкість від 60 до 120 км/год на віражах. В той час як рівень фізичної підготовки спортсменів у більшості випадків є однаковим, визначальну роль відіграє психологічна підготовка у всій її багатогранності. Важливо знати, які типи темпераментів потрібні для даного виду спорту, адже не секрет, що у спринтерських дистанціях перевагу мають

холерики, а от у різновидах стрільби вищого результату досягнуть спортсмени з флегматичним типом темпераменту. Таким чином, у спортсменів та тренерів зростає інтерес до психологічної підготовки. Для повного дослідження потрібно провести аналіз типів темпераментів особистості людей, які займаються санним спортом. На даний час врахування типів темпераменту спортсменів у процесі підготовки в санному спорті здійснюється не повною мірою. Необхідність визначення найбільш переважаючих типів темпераменту надасть можливість спортсменам правильно готуватись до змагань та підвищити ефективність навчально-тренувального процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Темперамент є однією з найбільш значущих властивостей структури особистості. Психологія спорту веде дослідження психологічних показників спортсмена, які формуються і виявляються в процесі діяльності. Темперамент характеризують, як центральну властивість психодинамічної організації людини, що носить вроджений характер. Тому властивості темпераменту найбільш стійкі і постійні в порівнянні з іншими психічними особливостями людини [4].

Темперамент визначається наявністю багатьох психічних відмінностей між людьми, в тому числі за інтенсивністю і стійкістю емоцій, емоційною вразливістю, темпом і енергійністю дій, а також за цілим рядом інших динамічних характеристик. Спроби дослідити проблему темпераменту були неодноразові, але до цього часу цей напрямок є найбільш спірним і до кінця не вирішеним [1].

Платонов В. М. [5] звертає увагу на залежність успіху в діяльності спортсменів високого класу від властивостей типу нервової системи і темпераменту, а також силу нервової системи і тих її проявів, які визначають високу працездатність і опір стресу, що виражається у відсутності зниження рівня досягнень в стані психічної напруги.

В загальній теорії підготовки спортсменів дослідження в сфері психології проводяться, але в зимових видах спорту, зокрема у санному спорті, взагалі немає наукових даних. Так у лижному двоборстві були проведені дослідження поведінкового компоненту структури особистості спортсмена, де було визначено, що найкращих результатів в лижному двоборстві досягають спортсмени з нижчим рівнем нейротизму та середніми значеннями за шкалою інтроверсії-екстраверсії [3]. В гірськолижному спорті та сноубордингу було проведено дослідження щодо застосування методів раціонального роз'яснення та іміготренінгу тренерами у практиці підготовки спортсменів [6]. Як видно з аналізу останніх досліджень та публікацій у санному спорті не проводились психологічні тестування, щодо визначення типів темпераментів.

Мета дослідження – аналіз прояву властивостей темпераменту спортсменів у санному спорті на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Методи та організація дослідження.

1. Аналіз науково-методичної літератури.
2. Психологічне тестування.

Для визначення прояву показників поведінкового компоненту (властивостей) структури особистості кваліфікованих санкарів нами був використаний запитальник Айзенка (форма А). Методика містить три шкали: екстраверсії-інтроверсії, нейротизму та специфічну шкалу, призначену для оцінки відвертості досліджуваного, його ставлення до дослідження. Досліджуваному пропонується дати відповідь на 57 запитань, які спрямовані на виявлення звичного способу поведінки. Під час аналізу результатів дотримувались наступних шкал. Екстраверсія-інтроверсія: 11 – 12 балів - середні значення, більше 15 – екстраверт, більше 19 – яскравий екстраверт, менше 9 – інтроверт, менше 5 – глибокий інтроверт. Нейротизм: 9 – 13 середні значення

IV. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

нейротизму, менше 7 – емоційно стабільний, більше 15 – помірний невротик, більше 19 – виражений невротик (дуже нестабільний). Експеримент був констатуючий.

3. Методи математичної статистики використовувались для визначення наступних показників:

- процентного співвідношення; середнього квадратичного та стандартного відхилення.

Обчислення відбувалися за допомогою статистичної системи програм Statistica.

Група досліджуваних складалась із 20 спортсменів (10 хлопців, 10 дівчат). Підбір групи спортсменів проводився з 14 по 27 жовтня 2012 року в умовах звичайного робочого дня для них процесу, під час тренувального збору в Латвії у м. Сігулда, та під час Чемпіонату України, який відбувся з 27 лютого по 2 березня 2013 року в м. Кременець. Серед досліджуваних 40 % санкарів мають перший розряд, 25% є кандидатами в майстри спорту (КМС) і 35% – майстрами спорту (МС).

Результати дослідження та їх обговорення. У процесі дослідження властивостей темпераменту кваліфікованих санкарів ми визначили, що спортсмени цього виду діяльності за шкалою екстраверсії-інтроверсії вирізняються середніми показниками екстраверсії. За шкалою нейротизму ми бачимо що показники знаходяться в межах середніх значень (табл. 1).

Таблиця 1

Прояв властивостей темпераменту в спортсменів санкарів (за результатами тестування, n=20).

№	Властивості темпераменту	Середні значення М	Стандартне відхилення (SD)
1	Екстраверсія-інтроверсія	15,2	3,18
2	Рівень нейротизму	12,15	3,48

При цьому, отримані дані наших досліджень, вказують на те, що серед спортсменів різного класу та стажу занять зустрічаються особистості інертні, неврівноважені, психологічно нестійкі, занадто збуджені, екстра- і інтровертовані, а також із слабкою нервовою системою.

Цілком ясно, що володіючи тими властивостями, які відповідають вимогам даної спортивної спеціалізації, а саме санного спорту, спортсмен при рівних умовах швидше та легше досягне в цьому напрямку успіху. Зрозуміло, що спортсмен з інертною нервовою системою, з рисами флегматичного темпераменту досягне значно менших успіхів, ніж спортсмен з рухливим типом нервової діяльності та рисами сангвінічного темпераменту.

Попри це, ми провели детальний аналіз всіх бланків обстежуваних спортсменів (тест Айзенка, форма А) для виявлення домінуючого типу темпераменту (рис. 1.).

В ході опрацювання результатів досліджуваних спортсменів виявлено, що в 55 % санкарів домінуючим є холеричний тип темпераменту, в 30 % сангвінічний та найнижчі показники є по флегматичному типу 15 %. Меланхолічного типу темпераменту на даному етапі дослідження ми не виявили. Ці результати підтвердили наукові дані Б. А. Вяткіна [2] про те, що у видах спорту, які характеризуються тривалою роботою великої інтенсивності, а також в тих видах спорту, які вимагають високої координації та точності рухів (санний спорт) дуже мало виявлено спортсменів слабого типу [3].

Аналіз відповідей спортсменів на питання тесту показав, що у всіх санкарів є потреба постійно відчувати збудження від ризику, так званий адреналін.

IV. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Щодо інших показників запитальника, що характеризують «екстраверсію-інтроверсію», то спостерігаються їх середні значення, в окремих випадках показники, що вказують на повну екстраверсію досліджуваних. Цікавим є той факт, що серед спортсменів, які приймали участь в дослідженні, не виявлено жодного випадку глибокого інтроверта. Ми пояснюємо це тим, що специфіка виду діяльності впливає на природній відбір сильних особистостей. Насамперед, це схильність до ризику, сміливість, рішучість, а також високий рівень комунікативності. Це в основному санкарі, які мають холеричний та сангвінічний типи темпераменту.

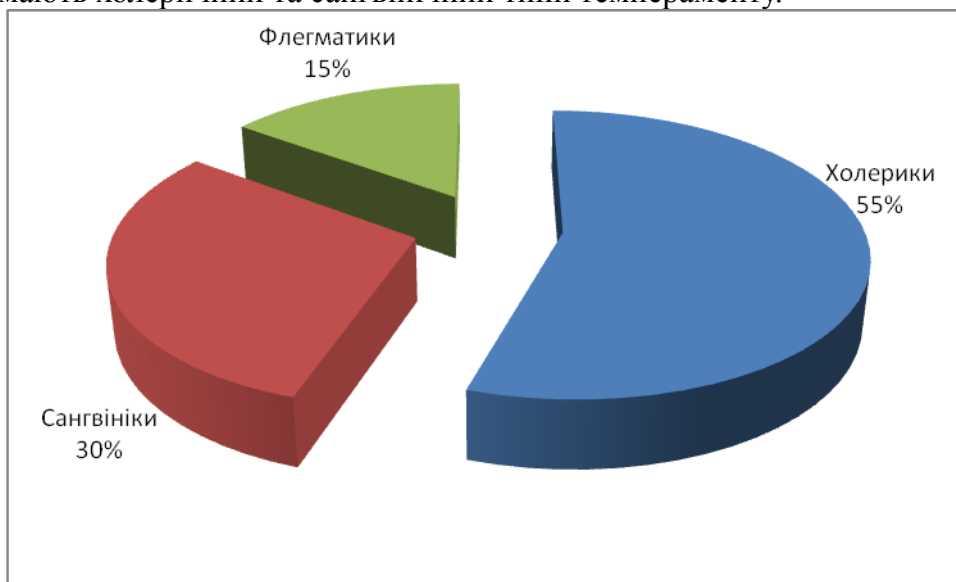


Рис. 1. Розподіл кваліфікованих санкарів за типами темпераменту (n=20).

Таким чином, на відміну від розповсюдженого переконання про залежність успіху в спортивній діяльності від властивостей типу нервової системи та темпераменту, можна говорити про те, що спортсмени високої кваліфікації можуть досягати високих спортивних результатів за будь-яких наявних властивостей.

Висновки:

1. аналіз науково-методичної літератури показав, що дослідження психологічної підготовки а саме, типи темпераменту особистості спортсменів вивчалися певними авторами, а у санному спорті ці дані відсутні;

2. результати дослідження щодо властивостей темпераменту, дають можливість стверджувати, що найкращих результатів в санному спорті досягають спортсмени з нижчим рівнем нейротизму та середніми значеннями за шкалою екстраверсії. Вони характеризуються такими якостями як: діяльність, енергійність, схильність до ризику, надійність, врівноваженість та спокій.

Перспективи подальших досліджень: будуть полягати у більш глибокому вивченні структури особистості спортсменів санкарів в змагальній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Воронова В. І. Психологія спорту : [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.] / В. І. Воронова. – К. : Олімпійська література, 2007. – 298 с.
2. Вяткин Б. А. Опыт психологической подготовки к соревнованиям лыжников-гонщиков / Б. А. Вяткин // Психологические вопросы тренировки и готовности спортсменов к соревнованию : сб. работин-товфиз. культуры. – М., 1968. – Вып. 6. – С. 209 – 214.
3. Казмірук А.В. Поведінковий компонент структури особистості спортсмена та особливості прояву його властивостей у кваліфікованих лижників / Андрій Казмірук, Наталія Стефанишин, Володимир Банах, Олександр Бережанський //

IV. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

- Фізична культура, спорт та здоров'я нації: Зб. наук. пр. – Вінниця, 2014. – Вип. 17. С. 454 – 459.
4. Коробейніков Г. В. Дослідження психофізіологічних станів спортсменів високої кваліфікації / Г. В. Коробейніков, Л. Д. Конєва, Г. В. Россоха // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту : зб. наук. праць. – К., 2005. – № 6/7. – С. 71 – 74.
 5. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалификации / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.
 6. Фармагей О.І. Застосування методів раціонального роз'яснення та іміготренінгу тренерами у практиці підготовки спортсменів (на прикладі гірськолижників та сноубордистів) / О.І. Фармагей, О.В. Зіньків, Л.С. Зубрицький, А.П. Кубін // Вісник Чернігівського нац. пед. Університету ім. Т.Г. Шевченка. – Ч. 2012. Вип. 98 – т. 4. – С. 201-204.

АНОТАЦІЇ

ТИПИ ТЕМПЕРАМЕНТІВ СПОРТСМЕНІВ У САННОМУ СПОРТІ

Куречко Г.О., Казмірук А.В., Зіньків О.В., Стефанишин Н. І.

Львівський державний університет фізичної культури

Львівський національний університет ім. І. Франка

Стаття присвячена особливостям прояву показників типів темпераменту особистості спортсменів у санному спорті. Проблематика прояву властивостей темпераменту у спортсменів є важливою в науковій та практичній діяльності. Результати досліджень, які характеризують рівень прояву властивостей темпераменту, а саме екстраверсії-інтроверсії та нейротизму. Слід підкреслити необхідність врахування цих психологічних показників особистості, що забезпечують високий рівень спортивного результату, в удосконаленні процесу підготовки спортсменів у санному спорті.

Ключові слова: нейротизм, екстраверсія-інтроверсія, спортсмени-санкарі, темперамент, властивості.

ТИПИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ СПОРТСМЕНОВ В САННОМ СПОРТЕ

Куречко Г.О., Казмирук А.В., Зіньків О.В., Стефанышын Н. И.

Львовський державний університет фізической культури

Львовский национальный университет им. И. Франко

В статье рассматриваются особенности проявления типов темпераментов личностей спортсменов в санном спорте. Вопрос проявления темперамента спортсменов очень важен в научной и практической деятельности в сфере физического воспитания и спорта. Результаты исследований, которые характеризуют уровень особенностей темперамента, а именно экстраверсии-интроверсии и нейротизма. Следует отметить необходимость учета этих психологических показателей личности, которые обеспечивают высокий уровень спортивного результата, в совершенствовании процесса подготовки спортсменов в санном спорте.

Ключевые слова: нейротизм, экстраверсии-интроверсии, спортсмены- саночники, темперамент, качества человека.

TYPES OF TEMPERAMENTS IN LUGE SPORTSMEN

Kurechko H. O., Kazmiruk A. V., O. V. Zin'kiv N. I. Stefanyshyn

Lviv State University of Physical Culture

Lviv National University by the name of I. Franko

The article is devoted to peculiarities of individual temperament types of indicators in luge athletes. The issue of display of properties of temperament in athletes is an important scientific and practical activities. Studies characterizing the level of display properties of temperament, namely extraversion-introversion and neyrotyzmu. It should be emphasized the need to take account of individual psychological indicators that provide a high level of athletic performance, to improve the process of preparing athletes in the luge.

Keywords: neurotism, extraversion-introversion, lugesportsmen, temperament, properties.