

## ТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ ЯК РЕЗЕРВ ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

*У дослідженні встановлено взаємозв'язок між розвитком творчих здібностей та рівнем спортивної майстерності спортсменів у видах спортивних єдиноборств. Удосконалення творчих здібностей спортсменів можна використовувати як резерв для підвищення техніко-тактичної майстерності, росту спортивних результатів і на цій основі вирішувати завдання психологічної підготовки.*

*Визначено, що для висококваліфікованих спортсменів у єдиноборствах характерні такі якості креативності: допитливість – вище середнього рівня ( $18 \pm 3,35$  балів); увага – середній рівень ( $11,89 \pm 3,14$  балів); складність – середній рівень ( $12,78 \pm 4,1$  балів); схильність до ризику – середній і вище середнього рівня ( $15,78 \pm 2,72$  балів), оригінальність у використанні нестандартних прийомів і дій у змагальній діяльності.*

**Ключові слова:** творчі здібності, креативність, спортивна майстерність.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Сучасний спорт висуває все більше вимог до удосконалення всіх сторін підготовки спортсменів.

В екстремальних умовах спортивної діяльності, коли фізичній, функціональній, технічній і тактичній підготовці приділяється суттєва увага, усе більшої ролі набувають різні сторони психологічної підготовки спортсменів. Кожен етап спортивного вдосконалення у спортсменів-єдиноборців має свої особливості вирішення психологічної підготовки і повинен охоплювати багато аспектів, у тому числі розвиток творчих здібностей, креативності [2, 3, 8, 9].

У багатьох роботах підкреслюється значущість креативних якостей спортсменів як складової частини їх професійної майстерності, обґрунтовуються положення про вплив творчих здібностей на результати спортивної діяльності, вказується на необхідність творчого співробітництва тренерів і спортсменів, розглядається особливість творчості у різних видах спорту [1, 5, 7, 10]. Розробляються моделі з окремих видів спортивної діяльності, де відводиться місце творчості спортсмена, розвитку креативних якостей і встановлена "питома вага" певних компонентів творчих здібностей у різних видах спорту (Р. Д. Бабушкін [1], Л. В. Волков [2], А. В. Родіонов [4], В. М. Платонов [3], С. В. Сальникова [5]).

У той же час недостатньо вивченим є питання інструментарію – оцінки рівня розвитку творчих здібностей, креативності спортсменів у спортивних єдиноборствах. Залишається не до кінця розкритою проблема формування творчої складової особистості спортсменів, а також ролі творчих здібностей спортсмена в оволодінні техніко-тактичною майстерністю.

Теоретичний аналіз спеціальної літератури дозволяє зробити припущення, що, оскільки творчі здібності за рахунок своєї специфічності не компенсуються, то їх необхідний рівень розвитку у спортсмена збільшує ймовірність досягнення високих спортивних результатів. Серед фахівців немає єдиної думки щодо корисності для спортивної діяльності високо розвинутих творчих здібностей спортсмена. Існує точка зору, згідно якої вважається, що творчість спортсмена дестабілізує засвоєні спортсменом навички, вміння та призводить до зниження дисципліни, і, як наслідок, негативно позначається на спортивній результативності [5]. Такої думки дотримуються багато практикуючих тренерів, але не психологів. Частково це стосується діяльності у циклічних видах спорту, де вимагається виконання одноманітної рухової діяльності зі значним обсягом навантажень.

Дослідження А. В. Родіонова (1983), С. В. Сальникової (1996) свідчать, що використання в процесі спортивної підготовки творчих резервів спортсмена є необхідною умовою досягнення особистих і командних успіхів у спорті вищих досягнень. Спорт можна розглядати як вид творчої діяльності людини, отже, для досягнення максимально високих спортивних результатів спортсмену необхідно бути творчою особистістю. Є підстава вважати, що рівень розвитку творчих здібностей спортсмена взаємопов'язаний з його технічною і тактичною майстерністю, тому цілеспрямоване формування творчих здібностей спортсменів єдиноборців сприятиме зростанню їх спортивних досягнень.

**Мета дослідження** – вивчити рівень прояву творчих здібностей спортсменів борців та його взаємозв'язок з успішністю спортивної діяльності.

**Завдання дослідження:** провести теоретичний аналіз літератури з проблеми розвитку творчих здібностей спортсменів для визначення прояву творчих здібностей у спортсменів, що спеціалізуються в різних видах спортивних єдиноборств.

**Методи дослідження:** метод експертних оцінок; психодіагностика креативності; методи математичної статистики [6].

**Організація дослідження.** У дослідженні в якості експертів брали участь тренери зі стажем не менше 5-ти років і 15 висококваліфікованих спортсменів (МС та КМС), що спеціалізуються в спортивних єдиноборствах (борці греко-римського та вільного стилю).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Результати експертної оцінки підтвердили гіпотезу про значущість творчих здібностей спортсмена у спортивних єдиноборствах. Аналіз даних експертної оцінки тренерами технічної майстерності і рівня розвитку творчих здібностей у спортсменів показує, що борці високої кваліфікації (МС та КМС) мають достатньо високий рівень технічної майстерності. Наведена тренерами оцінка ступеня володіння технікою у борців високої кваліфікації знаходиться на рівні вище середнього значення  $7,1 \pm 1,36$  балів (при макс. значенні – 10 балів). При цьому експерти оцінюють творчі здібності цих же спортсменів в  $6,3 \pm 1,9$  балів, що так само відображає досить суттєвий рівень прояву креативності. Простежується незначна різниця між оцінкою рівня творчих здібностей і технічної майстерності висококласних спортсменів.

Кореляційний аналіз отриманих значень з володіння технікою й виразністю творчих здібностей борців показав пряму значущу залежність  $r = 0,64$  ( $p \leq 0,95$ ), що свідчить про взаємозв'язок досліджуваних показників. Отже, оволодіння технічною майстерністю спортсмена залежить певною мірою і від рівня його творчих здібностей, що дозволяє окреслити шляхи удосконалення технічної майстерності у кваліфікованих спортсменів у процесі тренування та підготовки до змагань.

Результати оцінки тактичної майстерності експертами припускали два значення атакуючого і контратакуючого стилю змагальної діяльності спортсменів. Так, спортсмени рівною мірою вдаються як до атакуючого, так і контратакуючого стилю (середні значення  $7,88 \pm 2,08$  балів і  $7,22 \pm 0,83$  балів, інтегральна оцінка цих стилів – дорівнює  $7,55 \pm 1,18$  балів). Це свідчить про достатньо високий рівень реалізації спортсменами різних стилів – атакуючого і контратакуючого відповідно за умов змагальної діяльності.

Аналіз результатів дослідження показав взаємозв'язок атакуючого ( $r = 0,44$ ;  $p \leq 0,95$ ) та контр-атакуючого ( $r = 0,33$ ;  $p \leq 0,95$ ) стилів і творчих здібностей борців. Аналіз кореляційних залежностей між рівнем володіння тактичними прийомами і рівнем прояву творчих здібностей борців свідчить про їх взаємозв'язок, що підтверджується значеннями коефіцієнта кореляції на рівні  $r = 0,50$  ( $p \leq 0,95$ ). Тому можна простежити залежність між творчим потенціалом і технічно-тактичною майстерністю спортсменів.

Таблиця 1

**Взаємозалежність якостей креативності та техніко-тактичної майстерності спортсменів єдиноборців ( $p \leq 0,95$ ), (n=15)**

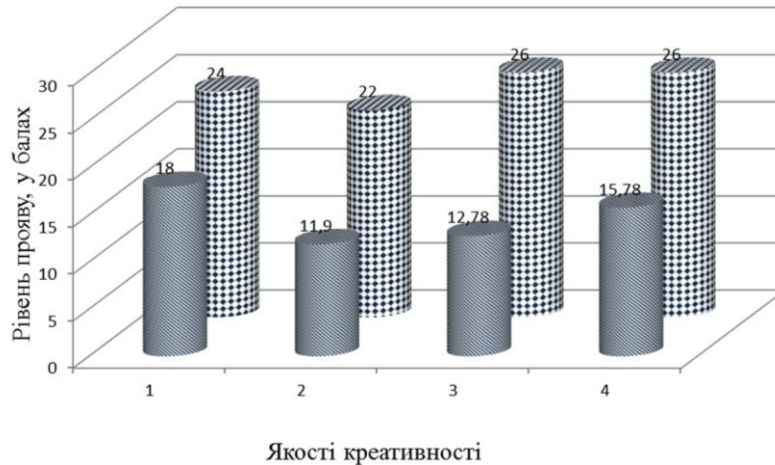
	Допитливість	Уява	Складність	Схил до риз.	Σ-креат-ть	Техніка	Атак. стиль	Контр. стиль	Σ-тактика	Твор. здіб.
Допитливість	1									
Уява	0,14	1								
Складність	0,27	<b>0,78</b>	1							
Схильність до ризику	<b>0,58</b>	0,06	0,20	1						
Σ-креативність	<b>0,67</b>	<b>0,73</b>	<b>0,83</b>	<b>0,59</b>	1					
Техніка	0,13	-0,34	-0,30	0,30	-0,11	1				
Атак. стиль	0,14	-0,15	-0,07	-0,02	-0,04	<b>0,79</b>	1			
Контр. стиль	0,13	-0,08	-0,16	0,24	0,01	<b>0,52</b>	0,15	1		
Σ-тактика	0,17	-0,16	-0,12	0,06	-0,03	<b>0,88</b>	<b>0,93</b>	0,49	1	
Твор. здіб.	0,21	0,23	0,29	0,44	0,39	<b>0,64</b>	0,44	0,33	0,50	<b>1</b>

**Примітки:** \* – коефіцієнт кореляції статистично значущий на рівні  $p < 0,05$

У дослідженні виявлено значущий взаємозв'язок технічної та тактичної майстерності спортсменів ( $r = 0,88$ ;  $p \leq 0,95$ ), а також технічної майстерності й атакуючим ( $r = 0,79$ ;  $p \leq 0,95$ ), і контратакуючим ( $r = 0,52$ ;  $p \leq 0,95$ ) стилем у борців. Це свідчить про те, що технічна майстерність дозволяє розширити арсенал тактичних можливостей спортсменів. Тактична майстерність завжди відображає і високий рівень технічної підготовки борця. При цьому у технічно досконалого спортсмена найчастіше провідним є атакуючий стиль змагальної діяльності.

Отримані результати дослідження свідчать, що така якість креативності, як допитливість, у висококваліфікованих спортсменів знаходиться на рівні значення вище середнього  $18 \pm 3,35$  балів (рис. 1), що характеризує цих спортсменів як суб'єктів, що найчастіше шукають нові способи мислення, здатні вивчати нові речі та ідеї, шукають різні можливості вирішення завдань, вивчають різноманітну інформацію, щоб пізнати якомога більше.

Прояв якості – уява – свідчить про те, що здатні уявляти та моделювати майбутнє; вони будуть вирішувати різні проблеми. Вивчення даної якості креативності особистості у висококваліфікованих борців показало, що її рівень розвитку знаходиться в межах середніх значень ( $11,89 \pm 3,14$  балів). Це свідчить про те, що спортивна діяльність передбачає не лише чітке виконання та відпрацювання певних умінь і навичок, (хоча і в цьому випадку присутня частка уяви), але і внесення чогось нового до тренувального і змагального процесу самим спортсменом.



**Рис. 1. Показники рівня прояву якостей особистісної креативності висококваліфікованих борців:**

1 – допитливість; 2 – уява; 3 – складність; 4 – схильність до ризику;



– показники виразності креативних якостей у борців;



– еталонні показники креативних якостей.

Складність як якість креативної особистості розкриває суб'єкта, що орієнтований на пізнання складних явищ, виявляє інтерес до оволодіння складними та нестандартними діями; може ставити перед собою складні завдання та прагне їх вирішувати.

За якістю складність показники борців знаходяться в межах  $12,78 \pm 4,1$  балів на рівні середніх значень. Це свідчить про те, що спортсменам в ході тренувань і змагань доводиться вирішувати складні завдання, проблеми, а також їм самим властиво ставити перед собою різні завдання, вирішувати їх нетрадиційно. Можливо припустити, що подолання важких і складних завдань є відмінною характеристикою спортсменів високої кваліфікації.

Вивчення схильності до ризику у кваліфікованих борців свідчить про значний розвиток цієї складової креативності ( $15,78 \pm 2,72$  балів). У висококваліфікованих спортсменів схильність до ризику знаходиться на рівні середнього і вище середнього значення, тобто прояв цієї якості креативності особистості є однією з необхідних умов у спортивних єдиноборствах для досягнення високих результатів.

Сумарний показник особистісної креативності спортсмена в єдиноборствах дорівнює  $58,55 \pm 9,91$  балів, що вказує на значний рівень розвитку у них творчих здібностей.

Проведене дослідження дозволяє говорити про перспективи подальшої роботи з формування творчих здібностей для вирішення різноманітних завдань за рахунок розширення варіативності техніко-тактичних дій та можливостей удосконалення спортсменами індивідуального стилю змагальної діяльності.

**Висновки.** 1. Отримані результати досліджень дозволяють зробити висновок про те, що творчі здібності і є необхідною умовою успішності у багатьох видах спортивної діяльності, в тому числі й у спортивних єдиноборствах. Отриманий фактичний матеріал підтверджує положення про значущість творчих здібностей спортсмена в досягненні спортивної майстерності.

2. Встановлено значущий взаємозв'язок між технічною та тактичною майстерністю спортсменів-єдиноборців ( $r = 0,88$ ;  $p \leq 0,95$ ). Розвиток творчих здібностей є резервом для підвищення техніко-тактичної майстерності спортсмена-єдиноборця та покращення спортивних результатів.

3. Для кваліфікованих спортсменів-єдиноборців є характерним такий прояв якостей креативності: допитливість – вище середнього ( $18 \pm 3,35$  балів); уява – середній рівень ( $11,89 \pm 3,14$  балів); складність – середній рівень ( $12,78 \pm 4,1$  балів); схильність до ризику – переважно вище середнього рівня ( $15,78 \pm 2,72$  балів).

**Перспективи подальших досліджень** проблеми спрямовані на пошук найбільш ефективних психолого-педагогічних методів формування творчих здібностей у спортсмена в єдиноборствах.

## Використані джерела

1. Бабушкин Г. Д. Психология труда тренера по спорту / Г. Д. Бабушкин. – Омск, 1985. – 102 с.
2. Волков Л. В. Обучение и воспитание юного спортсмена : [Метод. рек-ции] / Л. В. Волков. – Киев : Здоровье, 1984. – 144 с.
3. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : 2004. – 583 с.
4. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А. В. Родионов. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 206 с.
5. Сальникова С. И. Изучение творческих компонентов спортивной деятельности / С. И. Сальникова // Физическая культура, спорт и здоровье нации (2 Международная научно-практическая конференция). – Винница : ВГПИ, 1996. – Т. 2. – С. 69-71.
6. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.
7. Problems in Preparing Physical Education Teachers and Coaches for their Professional Activity and Performance // Coaches and Physical Education Teachers Training in Socialists Countries. Prague Olympia Volume 2, 1984. P. 48-63.
8. Kostka V. A study of the Pattern of Training of Physical Education Teachers and Coaches / Kostka V., Choutkova B., Svoboda B. at al. // Coaches and Physical Education Teachers Training in Socialists Countries. PRAGUE Olympia Volume 2., 1984. – P.P. 5-26.
9. Torrance E. P. Scientific views of creativity and factors affecting its growth / E. P. Torrance // Daedalus: Creativity and Learning, 1965. – P. 663-679.
10. Vernon P. E. Psychological studies on creativity / P. E. Vernon // Journal of Child Psychology and Psychiatry, 1967. № 8. – P. 135-165.

Gryn A. R, Gryn A. R, Smolyar I. I.

## CREATIVE ABILITIES AS A RESERVE OF SPORTSMANSHIP INCREASING

*The interrelation between the creative abilities development and the level of sport mastery of sportsmen in sport single combats is set in the research.*

*The study presents data that demonstrate the importance of the creative qualities of athletes as part of their reserve and professional skills, grounded position on the impact of creative abilities in sports activities, points to the need for creative collaboration of athletes and coaches and the features of the manifestation of creativity in various sports.*

*During the pilot study it was found the relationship between the development of creative abilities and the level of sportsmanship of athletes in the different types of martial arts. Determined that highly skilled athletes in martial arts characterize such qualities as creativity, curiosity – above average ( $18 \pm 3,35$  points); imagination – average ( $11,89 \pm 3,14$  points); difficulty – average ( $12,78 \pm 4,1$  points); propensity for risk – average and above average ( $15,78 \pm 2,72$  points), originality in using innovative methods and actions in competitive activities. The total rate of personal creativity of athletes in martial arts indicates a significant level of development of their creative abilities.*

*Found a significant correlation of technical and tactical skills of athletes ( $r = 0,88$ ;  $r \leq 0,95$ ) and the technical skill of the attacker ( $r = 0,79$ ;  $r \leq 0,95$ ) and counterattacking ( $r = 0,52$ ,  $r \leq 0,95$ ) style of competitive activity in fighters.*

*The results of the study can determine the prospects of the development of creative abilities to solve various tasks aimed at increasing variability of technical and tactical capabilities and improving athlete's individual style of competitive activity.*

*Increasing the creative abilities of athletes can be used as a reserve to improve technical and tactical skills, increase athletic performance and on this basis to solve the actual problem of psychological preparation.*

*Prospects for further research aimed at finding the most effective psychological and pedagogical methods of formation of creative abilities of an athlete in martial arts.*

**Key words:** creative abilities, creativity, sportsmanship.

*Стаття надійшла до редакції 24.01.2017 р.*