

Овсяннікова Я. О., кандидат психологічних наук, СНС, старший науковий співробітник НДЛ екстремальної та кризової психології, Національний університет цивільного захисту України

Краснокутський М. І., начальник кафедри фізичної підготовки, Національний університет цивільного захисту України

ПОМИЛКОВІ ДІЇ СПОРТСМЕНІВ ПОЖЕЖНО-ПРИКЛАДНОГО СПОРТУ ПІД ЧАС ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ПРИЧИНИ ТА УМОВИ ЇХ ВИНИКНЕННЯ

У статті наведено результати дослідження щодо вирішення наукової проблеми, стосовно психологічних детермінант помилкових дій спортсменів пожежно-прикладного спорту ДСНС України. Обґрунтована необхідність вивчення помилкових дій спортсменів пожежно-прикладного спорту. За допомогою методів теоретичного та емпіричного характеру визначені об'єктивні та суб'єктивні детермінанти помилкових дій у спортсменів під час виконання спортивних вправ. Також були визначені індивідуально-психологічні особливості спортсменів, які відповідають за опірність помилкам.

Ключові слова: спортсмен, помилкова дія, соціально-психологічні детермінанти, пожежно-прикладний спорт.

В статтє приведены результаты исследования, касающиеся решения научной проблемы психологических детерминант ошибочных действий спортсменов пожарно-прикладного спорта ГСЧС Украины. Обоснована необходимость изучения ошибочных действий спортсменов пожарно-прикладного спорта. С помощью методов теоретического и эмпирического характера определены объективные и субъективные детерминанты ошибочных действий у спортсменов во время выполнения спортивных упражнений. Также были определены индивидуально-психологические особенности спортсменов, которые отвечают за сопротивляемость ошибкам.

Ключевые слова: спортсмен, ошибочное действие, социально-психологические детерминанты, пожарно-прикладной спорт.

Постановка проблеми. За останні десятиліття тисячі людей залишилися без даху над головою, збільшилася кількість техногенних, природних надзвичайних ситуацій, в тому, числі і надзвичайних ситуацій соціально-політичного походження.

Останньою людиною, на яку залишається надія на порятунок, це людина у формі державної служби України з надзвичайних ситуацій. Саме на пожежних та рятувальників лягає весь той тягар проблем, з якими стикається людина, яка волею долі знаходиться в умовах надзвичайної ситуації. Звичайно, у цих ситуаціях, необхідно шукати абсолютно нові шляхи цілеспрямованої соціально-психологічної підготовки наших пожежників і рятувальників. Вони повинні володіти не тільки якостями, що дозволяють ефективно виконувати свої службові завдання, але й вміти зберегти своє життя і здоров'я в неймовірно-складних умовах надзвичайної ситуації [2].

Одним з таких видів ціленаправленої професійно-психологічної підготовки є сучасний пожежно-прикладний спорт. Пожежно-прикладний спорт відноситься до екстремальних, професійно-прикладних

технічних видів спорту, є достатньо травматичним, де ціна помилки може призвести до каліцтва та загибелі спортсменів [3].

На жаль, тільки за останні 5 років сталося понад 20-ти тяжких випадків травмування спортсменів-рятувальників з пожежно-прикладного спорту: падіння з висоти, ушкодження пожежно-технічним обладнанням тощо. Тому набуває значення безпомилковість виконання кожного з видів спортивних вправ.

Мета статті. Охарактеризувати помилкові дії спортсменів пожежно-прикладного спорту, виявити та проаналізувати психологічні детермінанти помилкових дій спортсменів пожежно-прикладного спорту. А також визначити індивідуально-психологічні особливості спортсменів, які компенсують і знижують вплив об'єктивних та суб'єктивних факторів помилкових дій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженню феноменів «помилкова дія», «дія в екстремальному виді спорту», «помилка спортсмена» у спорті, присвячена велика кількість літератури. Проте, досліджень вищезазначених

феноменів, які притаманні спортсменам, що займаються професійно-прикладними видами спорту (таких як пожежно-прикладний спорт) на цей час виявлено вкрай мало.

На сучасному етапі помилкові дії вивчаються через призму надійності фахівця, працюючого в конкретних видах діяльності. Проблема надійності (безпомилковості) професійної діяльності спеціалістів екстремального профілю є головною в межах основних проблем психології праці, інженерної психології, ергономіки, юридичної та військової психології, психології діяльності в особливих умовах та психології спорту.

І хоча різним аспектам проблеми професійної та функціональної надійності, безпомилковості та ефективності діяльності фахівця в системі ДСНС України присвячені роботи багатьох вітчизняних вчених, зокрема Л.О. Гонтаренко, Т.В. Гостесвої, О.О. Назарова, Д.В. Лебедева, А.С. Куфлієвського, С.М. Мордюшенка, С.М. Миронця, І.О. Полякова, Ю.О. Приходька, Є.М. Рядинської, А.Г. Снісаренка, О.В. Тімченка, В.Д. Тогобицької, О.І. Склєня, та ін., проте остаточне вирішення цієї проблеми потребує додаткових досліджень.

До теперішнього часу не були предметом спеціального теоретичного вивчення та узагальнення об'єктивні та суб'єктивні детермінанти, що призводять до виникнення помилок у спортивній діяльності спортсмена, які замаються професійно-прикладними видами спорту, в тому числі, пожежно-прикладним спортом, у наукових дослідженнях висвітлювались лиш їх окремі елементи.

Основний матеріал. У різноманітних екстремальних видах спорту помилкові дії можуть призвести до необоротних наслідків, пов'язаних з такими категоріями психологічної науки, як «професійне вигорання», «професійний стрес», «професійна деформація». Це відноситься і до пожежно-прикладного спорту, так як він моделює дії різних рятувальників в умовах надзвичайних ситуацій. Пожежно-прикладний спорт є частиною професійно-психологічної підготовки спеціалістів Державної служби України з надзвичайних ситуацій та призначений вдосконалювати фізичні, технічні та психологічні якості

курсантів та рятувальників при виконанні ними дій за призначенням.

Під помилковими діями спортсменів пожежно-прикладного спорту ми розуміємо такий елемент спортивно-професійної діяльності, який порушує її цілеспрямований перебіг і призводить до небажаного для спортсмена результату. За нашим переконанням помилкові дії спортсменів пожежно-прикладного спорту є поліфакторними, різноманітними, відрізняються часом прояву и можуть призвести до негативних наслідків.

Хотілося б зазначити, що наш підхід щодо вивчення проблеми помилкових дій відрізняється від сучасного підходу, який розглядає помилкові дії з точки зору всього процесу діяльності. Ми досліджували помилкові дії через призму розкладених поетапно спортивних вправ, де скоєна спортсменом помилка буде впливати на кінцевий результат. І вважаємо, що помилкові дії потрібно розглядати від етапу передстартової мобілізації і до фінішу спортсмена.

Види й частота помилкових дій залежить як від структури конкретного виду спорту (її змісту, умов, організації), так і від індивідуальних (у тому числі й психологічних) характеристик спортсмена. Саме тому головною причиною виникнення помилкових дій у змагальній діяльності спортсменів пожежно-прикладного спорту ми вважаємо неузгодженість вимог особистості до даного виду спорту та зміни у структурі особистості, що виникають у результаті невідповідності особистісний особливостей умовам даної діяльності.

В нашому дослідженні приймали участь дві групи експертів. Це діючі тренери та судді і науковці, які займалися цією проблематикою. Окрім експертів, взяли участь спортсмени пожежно-прикладного спорту віком від 17 до 30 років (Збірні команди Національного університету цивільного захисту України (м. Харків), Головного управління ДСНС в Харківській області та Академії пожежної безпеки ім. Героїв Чорнобиля, (м. Черкаси), мають спортивну кваліфікацію «майстер спорту міжнародного класу», «майстер спорту України», «кандидат у майстри спорту», I-й, II-й та III-й спортивні розряди).

Так, на підставі результатів експертних оцінок, усіх спортсменів пожежно-

Питання психології

прикладного спорту, які приймали участь у нашому дослідженні, розділили на три групи за ознакою рівня ефективності їх спортивної діяльності.

До першої групи (*високий рівень ефективності спортивної діяльності*) увійшли 25 осіб, віком від 22 до 30 років, мають досвід виступів на змаганнях міжнародного і національного рівнів понад 5-ти років і мають спортивну кваліфікацію з пожежно-прикладного спорту.

До другої групи (*середній рівень ефективності спортивної діяльності*) увійшли 34 особи, віком від 19 до 24 років, мають досвід виступів та призові місця на змаганнях національного рівня від 3-х до 5-ти років й мають спортивну кваліфікацію.

До третьої групи (*низький рівень ефективності спортивної діяльності*) увійшли 43 особи віком від 17 до 20 років. Спортивний стаж з пожежно-прикладного спорту становить від 1-го до 3-х років. Мають у своєму активі кілька виступів на змаганнях обласного рівня, мають II-й та III-й

спортивні розряди, або ж ще не мають спортивних розрядів.

Для виявлення помилкових дій спортсменів пожежно-прикладного спорту ДСНС України та їх класифікації були виділені основні характерні етапи спортивної діяльності спортсменів пожежно-прикладного спорту під час їх участі у змаганнях: старт; фініш; подолання перешкод, біг по дистанції; робота з пожежно-технічним обладнанням; робота у команді [3].

В ході нашого дослідження було встановлено, що максимальну кількість помилкових дій спортсмени пожежно-прикладного спорту допускають саме під час змагань. Тобто ми можемо стверджувати, що на психіку спортсмена впливають «змагальні фактори», внаслідок чого він допускає помилкові дії.

Нам вдалося визначити найбільш розповсюджені помилки, що призводять як до низьких спортивних результатів, так і до інших негативних наслідків (див. табл. 1).

Таблиця 1

Основні помилки пожежно-прикладного спорту

№ з/п	Основні складові пожежно-прикладного спорту	Помилки
1.	Старт	Фальстарт (порушення правил), пізній старт, слабкий викид стегна, уповільнена реакція спортсмена.
2.	Фініш	Неправильно виконано фініш (перетин фінішної лінії руками, головою, ногами; перетин сусідньої доріжки у процесі виконання вправи, не з'єднано ствол з рукавною лінією до лінії фінішу, роз'єднано рукави між собою, не з'єднано розгалуження; втрата пожежно-технічного оснащення, яке використовується під час виконання вправи.
3.	Подолання перешкод, біг по дистанції	Втрачено рівновагу тіла, сплигування до обмежувальної лінії, низька швидкість переміщення, перегинання чужої (сусідньої) доріжки, що призвело до скорочення дистанції, невміло виконано роботу із пожежно-технічним оснащенням.
4.	Робота із пожежно-технічним оснащенням	Втрачання оснащення, розкочування пожежних рукавів на доріжку суперника, не з'єднано рукавну лінію, неправильно встановлено або підвищено драбину, не погашено вогонь в деко.
5.	Робота у команді	Непорозуміння партнерів, що призводить до помилок під час забігу.

Наступним етапом у нашому дослідженні було визначення психологічних детермінант, що лежать в основі конкретних помилок, які допускають спортсмени пожежно-прикладного спорту в умовах проведення змагань.

В нашому дослідженні під зовнішніми факторами змагального стресу ми розуміємо, стрес-фактори, які відносяться до зовнішніх умов впливу і не залежать від особистості спортсмена пожежно-прикладного спорту, а під внутрішніми факторами - ті стрес-

фактори, які відносяться до внутрішніх умов впливу, залежать від особистості спортсмена, і на ці стрес-фактори він може певним чином впливати [1].

Окрім цього було з'ясовано, що на виникнення помилкових дій у спортсменів під час змагань та в цілому на результативність їх виступу впливає перш за все змагальний стрес. Виходячи з вищезазначеного були виявлені джерела змагального стресу у спортсменів пожежно-прикладного спорту.

Питання психології

Отже, найбільш максимально впливають на представників 1-ї групи та 2-ї виділених нами груп досліджуваних зовнішні стрес-фактори змагального стресу. А на представників 2-ї та 3-ї груп досліджуваних спортсменів пожежно-прикладного спорту - внутрішні стрес-фактори змагального стресу.

Визначені найбільш значущі для спортсменів пожежно-прикладного спорту дві групи стрес-фактори, що зумовлюють виникнення у них помилкових дій:

1-й групі притаманні такі стрес-фактори: попередній конфлікт із тренером, товаришами по команді або в сім'ї; необ'єктивне суддівство; зауваження судді; закиди тренера, товаришів під час виступу; завищені вимоги тренера; несподівано високі результати суперника.

До 2-ї групи стрес-факторів входять: погана концентрація уваги; неузгодженість рухів із процесами сприйняття; нездатність

швидко діяти в умовах дефіциту часу; неправильне сприйняття часу; підвищене хвилювання, поганий сон за день або кілька днів до змагань.

Зазначимо, що перша виділена група стрес-факторів утворює об'єктивні детермінанти змагального стресу помилкових дій спортсменів пожежно-прикладного спорту, а друга група стрес-факторів – це суб'єктивні детермінанти.

Наступним кроком нашого дослідження стало визначення індивідуально-психологічних особливостей спортсменів пожежно-прикладного спорту, які компенсують і знижують вплив об'єктивних та суб'єктивних факторів помилкових дій.

За допомогою експертів нам вдалося визначити комплекс необхідних індивідуально-психологічних особливостей спортсменів пожежно-прикладного спорту (див. табл. 2).

Таблиця 2

Взаємозв'язок стрес-факторів та індивідуально-психологічних особливостей спортсмена, які відповідають за опірність помилкам

Стрес-фактори	Індивідуально-психологічні якості, які відповідають за опірність помилкам
<i>1-ша група (об'єктивні фактори)</i>	
Попередній конфлікт із тренером, товаришами по команді або в сім'ї	<ul style="list-style-type: none"> • стресостійкість • конфліктостійкість • комунікативність • адекватна самооцінка
Необ'єктивне суддівство	
Зауваження судді	
Закиди тренера, товаришів під час виступу	
Завищені вимоги тренера	
Несподівано високі результати	
<i>2-га група (суб'єктивні фактори)</i>	
Погана концентрація уваги	<ul style="list-style-type: none"> • тривалий час зберігати стійку увагу, розподіляти та концентрувати увагу • вміння переключати увагу з одного об'єкта на інший • узгодженість рухів із процесами сприйняття • стійкість до динамічних навантажень • здатність швидко діяти в умовах дефіциту часу • оптимальний рівень тривожності
Неузгодженість рухів із процесами сприйняття	
Нездатність швидко діяти в умовах дефіциту часу	
Неправильне сприйняття часу	
Підвищені хвилювання, поганий сон за день або кілька днів до змагань	

У подальшому за допомогою батареї психодіагностичних методик (16-ти факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла; опитувальник «винайдення кількісного показника рівня самооцінки» (О.С. Будассі); проективна методика «"Я" соціально-символічні завдання»; тест опису поведінки К. Томаса (адаптований варіант Н.В. Гришиної); «Дослідження тривожності» (авт. Ч.Д. Спілберг. Адаптований варіант Ю.Л. Ханіна); тест «Коректурна проба» Б. Бурдона; методика «Інтелектуальна

лабільність»; методика «Прогноз»; «Теплінг-тест») нами досліджувалися саме ті індивідуально-психологічні особливості, які компенсують вплив психологічних детермінант помилкових дій спортсменів.

Результати за 16-ти факторним особистісним опитувальником Кеттелла, дозволили нам констатувати, що саме стресостійкість та комунікативність визначають вірогідність виникнення помилкових дій у спортсменів в умовах змагань (див. рис. 1).

Питання психології

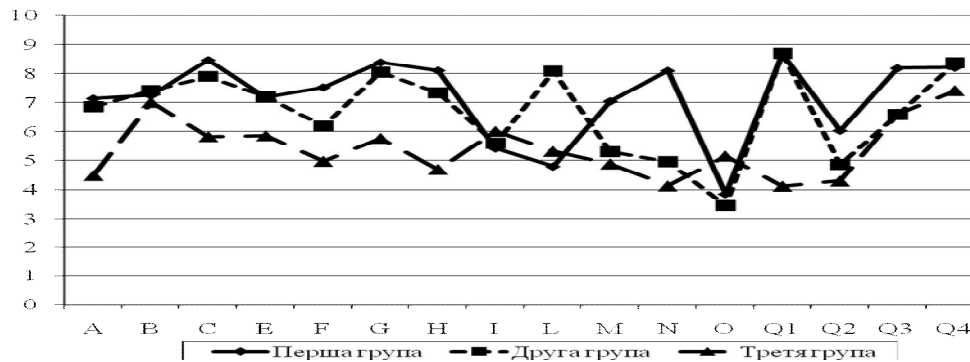


Рисунок 1 Профіль спортсменів пожежно-прикладного спорту із різним стажем спортивної діяльності

Методика Томаса (тесту опису поведінки) дозволила визначити, що зниження вірогідності виникнення помилкових дій у спортсменів пожежно-прикладного спорту під час змагань можливо прогнозувати у тих, у кого основним типом поведінки у конфліктних ситуаціях є «співробітництво» (див. табл. 3).

Таблиця 3

Основні типи поведінки спортсменів пожежно-прикладного спорту в умовах конфліктної ситуації

Тип поведінки	1-ша група (%)	2-га група (%)	3-тя група (%)	ϕ (1, 2)	ϕ (1, 3)	ϕ (2, 3)
Змагання	9,10	16,00	32,55	0,60	2,02*	1,52
Співробітництво	55,36	31,95	24,00	1,82*	2,72**	0,88
Уникання	8,12	24,25	20,25	1,66*	1,49	0,27
Компроміс	19,60	17,19	12,75	0,23	0,92	0,74
Пристосування	7,82	10,61	10,45	1,13	0,86	0,87

* $p \leq 0,05$;
** $p \leq 0,01$

Методика Будассі та проективна методика «Я» соціально-символічні завдання», надала можливість визначити рівень впевненості спортсмена у своїх силах та само сприйняття.

Встановлено, що зменшення помилкових дій в умовах тренувань та під час змагань спостерігається у спортсменів з оптимальним рівнем самооцінки, такий рівень самооцінки притаманний спортсменам

пожежно-прикладного спорту зі спортивним досвідом 3-5 років.

Результати, які були отримані нами за методикою Спілберга-Ханіна дозволили визначитися з рівнями реактивної та особистісної тривожності спортсмена (див. табл. 4), які, перш за все, впливають на його передстартовий стан, і як наслідок - на виникнення помилок у спортсмена вже під час старту.

Таблиця 4.

Показники рівнів виразності особистісної та реактивної тривожності у спортсменів пожежно-прикладного спорту із різним спортивним стажем

Вид	Рівень виразності	1-ша група (%)	2-га група (%)	3-тя група (%)	ϕ (1, 2)	ϕ (1, 3)	ϕ (2, 3)
O T	Високий	10,15	8,20	12,04	0,39	0,34	0,07
	Помірний	65,34	61,57	53,92	0,40	0,85	0,46
	Низький	24,51	30,23	34,04	0,46	0,75	0,30
P T	Високий	8,37	12,45	20,10	1,13	2,17*	1,08
	Помірний	56,81	62,99	63,09	0,44	0,36	0,57
	Низький	34,82	24,56	16,81	1,04	2,65**	1,70*

* $p \leq 0,05$
** $p \leq 0,01$

За результатами методики Бурдона було встановлено, що низькі показники обсягу та концентрації уваги спортсменів пожежно-прикладного спорту зумовлюють виникнення у них помилкових дій на різних етапах виконання спортивних вправ під час змагань.

Результати, за методикою «інтелектуальна лабільність» дозволяють стверджувати, що саме ці показники лежать в основі короткострокового прогнозу надійності спортсмена під час його участі в конкретних змаганнях (рис 2.)

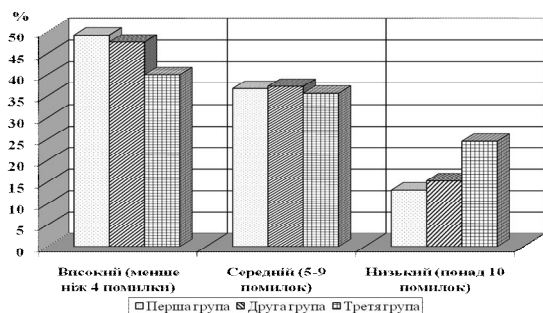


Рисунок 2 Рівні інтелектуальної лабільності у спортсменів пожежно-прикладного спорту із різним професійним досвідом

Таким чином, у спортсменів-початківців пожежно-прикладного спорту існує більша вірогідність появи помилок, вже на початку виконання спортивних вправ під час змагань. Зазначені особливості інтелектуальної лабільності спортсменів пожежно-прикладного спорту дають змогу проводити короткостроковий прогноз надійності цих спортсменів. Методика «Теплінг-тест» дозволила визначити, що у спортсменів зі слабкою нервовою системою є більша вірогідність скоєння помилкових дій навіть в умовах тренувального процесу (рис 3).

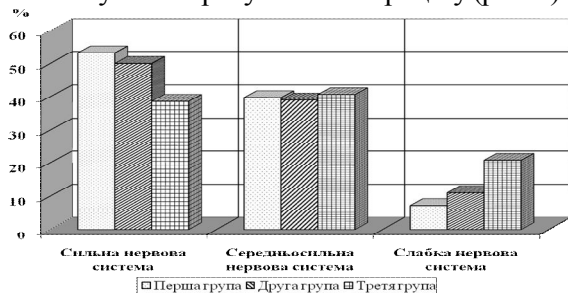


Рисунок 3 Виразність сили нервової системи у спортсменів пожежно-прикладного спорту

Зазначимо, що виявлені особливості щодо сили нервової системи спортсменів з даного виду спорту різного рівня кваліфікації надають можливість проведення більш ефективних заходів в рамках їх спортивної підготовки.

У ході дослідження встановлено, що вірогідність появи помилок під час змагань у найдосвідченіших спортсменів пожежно-прикладного спорту знижується завдяки їхнім високим показникам нервово-психічної стійкості

Висновки. Визначений у ході нашого дослідження комплекс індивідуально-психологічних особливостей спортсменів пожежно-прикладного спорту, які компенсують вплив об'єктивних та суб'єктивних факторів змагального стресу, дає можливість оптимізувати тренувальний процес спортсменів пожежно-прикладного спорту та знизити вірогідність допущення ними помилок під час змагань.

Даний висновок підтверджується не тільки результатами нашого емпіричного дослідження, а й практикою застосування їх у навчальному процесі курсантів та студентів Національного університету цивільного захисту України, також у спортивній діяльності збірної команди Університету та збірної команди України з пожежно-прикладного спорту.

Список літератури

1. Вяткин, Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях [Текст] / Б.А. Вяткин – М. : ФиС, 1981. – 112 с.
2. Екстремальна психологія [Текст]: підручник / А.С. Куфлієвський, Д.В. Лебедев, С.М. Миронець та ін. ; за заг. ред. О.В. Тімченка. – К. : Август Трейд, 2007. – 502 с.
3. Правила змагань з пожежно-прикладного спорту [Текст] / Федерація пожежно-прикладного спорту України. – Київ, 2011. – 95 с.

*Ovsyannikova Ia O., Ph.D. in psychology, senior research fellow
Krasnokutskiy M. I., head of the department of physical training*

FIRE AND APPLIED SPORT ATHLET'S ERRORS DURING COMPETITIVE ACTIVITIES: THEIR CAUSES AND ORIGIN

There are the results of the study on scientific issues of psychological determinants of erroneous actions athletes on fire and applied sport of SES of Ukraine in the article. The necessity of errors research in athletes of fire and applied sport. It is noted that in this study erroneous actions are studied through the prism of decomposed step-by-step exercises, where the athlete's error affects the final result. Also it is emphasized that erroneous actions of prelaunch phase of mobilization and the finish athletes should be considered.

During our study, it was found that athletes fire and applied sport allow the maximum number of erroneous actions during the competition. With the help of theoretical and empirical methods it is defined the objective and subjective determinants of erroneous actions in athletes during exercising. Also, the study identifies individual psychological characteristics of athletes who are responsible for resistance to errors.

Keywords: athlete, erroneous action, socio-psychological determinants, fire and applied sport