

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ НА УСПЕШНОСТЬ КОНЕЧНОГО РЕЗУЛЬТАТА



Губа В.П. – доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы РФ



Скорович С.Л. – кандидат педагогических наук, главный тренер сборной России по мини-футболу (футзалу)



Маринич В.В. – Ассоциация мини-футбола России, кандидат медицинских наук, доцент, Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь.

Ключевые слова: высококвалифицированные мини-футболисты, психологические качества, индивидуально-личностные характеристики.

Keywords: highly skilled mini-football players, psychological qualities, individual and personal characteristics.

Summary. *In article the characteristic of influence of specific psychological qualities of highly skilled mini-football players on achievement of high sports result is given. Individual and personal characteristics of highly skilled athletes which provide high efficiency of competitive activity of athletes are proved.*

Введение. В настоящее время актуальной проблемой подготовки высококвалифицированных спортсменов является научно-методическое и практическое обеспечение профессиональной деятельности [2, 3, 4, 7]. Напрашивается очевидная необходимость изучения интегральных особенностей взаимодействия между различными составляющими компонентами подготовленности спортсменов, занимающихся мини-футболом с целью формирования эффективных качеств профессионального игрока [1, 5, 6, 8, 9, 10]. Отдавая в целом особую

роль технической и физической подготовке высококвалифицированных игроков в мини-футболе, повышение уровня их спортивной успешности непосредственно зависит и от индивидуально-личностных психологических качеств, а также их своевременной коррекции.

Целью настоящей работы стало изучение влияния личностных качеств мини-футболистов сборной команды РФ (молодежный и основной составы) на уровень их успешности в подготовленности с дальнейшей возможностью эффективной коррекции этого процесса.

Методы исследования. Для реализации цели были исследованы футболисты сборной команды РФ с разной спортивной успешностью, в результате чего были сформированы две группы: 1 группа составила 12 человек – с высокой успешностью в сыгранных за сезон матчах; 2 группа – это 10 спортсменов – с более низкой спортивной успешностью. Возраст участников исследования колебался от 18 до 32 лет, квалификация от 1 разряда до ЗМС.

Для высококвалифицированных мини-футболистов из группы с высокой спортивной успешностью характерными были более интенсивные проявления таких качеств как уравновешенность, открытость, экстраверсия (табл. 1).

Как показали проведенные исследования, существует взаимосвязь между уровнем проявления личностных качеств высококвалифицированных мини-футболистов и успешностью в их спортивной деятельности. Этот же вывод под-

Таблица 1

Показатели личностных качеств высококвалифицированных мини-футболистов с разным уровнем спортивной успешности до и после эксперимента (в балах)

№ пп	Шкалы	Группа 1 (n=12)	Группа 1 (n=12)	Группа 2 (n=10)	Группа 2 (n=10)
		До коррекции	После коррекции	До коррекции	После коррекции
F 1	Невротичность	5,0+4,72	4,70+0,41	4,8+5,4	4,0+0,37
F 2	Спонтанность	5,5+5,2	5,1+0,46	5,3+5,6	4,8+0,36
F 3	Депрессивность	5,1+5,5	5,3+0,56	5,9+7,5	5,0+0,45
F 4	Раздражительность	4,2+4,8	5,0+0,38	6,3+0,58	5,1+0,48
F 5	Общительность	6,2+7,4	7,3+0,66	7,2+0,63	7,7+0,64
F 6	Уравновешенность	8,1+0,74	8,2+0,74	6,9+0,67	8,2+0,57
F 7	Реактивная агрессивность	5,7+0,51	5,7+0,70	6,4+0,43	5,6+0,46
F 8	Застенчивость	5,8+0,47	6,0+0,63	7,7+0,50	5,9+0,43
F 9	Открытость	7,3+0,63	7,2+0,55	6,2+0,44	7,0+0,60
F10	Экстра-интро-версия	7,8+0,50	7,7+0,66	5,8+0,52	7,3+0,58
F11	Эмоциональная лабильность	5,1+0,37	5,2+0,40	7,5+0,65	5,5+0,47
F12	Маскулизм, феминизм	5,3+0,44	5,3+0,43	5,0+0,43	5,5+0,43

В начале исследования у мини-футболистов обеих групп исследовали индивидуально-личностные характеристики с использованием личностного опросника FPI (Фрагбургский личностный тест) и шкалы личностной тревожности ЦТЛ.

В дальнейшем, с целью эффективной стабилизации психического состояния и личностных качеств спортсменов с низкой спортивной успешностью осуществлялся психологический тренинг по специально разработанной программе направленной на повышение мотивации к достижению успеха, а также на осознание игроками сборной команды имеющихся у них негативных или недостаточно оформленных качеств, отрицательно влияющих на спортивные достижения.

Результаты исследования. Изучение личностных качеств у высококвалифицированных мини-футболистов выявило низкий и высокий уровень спортивной успешности, что в последствие свидетельствовало о наличии различий в количественном проявлении этих качеств у исследуемых спортсменов (таб. 1).

При этом, уровень проявления таких дезадаптивных качеств личности как депрессивность, раздражительность, застенчивость, реактивная агрессивность у лиц из контрольной группы был значительно ниже, чем в группе с низкими спортивными достижениями.

тверждается после проведенного анализа личностной тревожности у испытуемых обеих групп.

Так, показатели тревожности у спортсменов из группы с высоким уровнем спортивной успешности были значительно ниже, чем в группе с низким уровнем успешности в играх (табл. 2). Возможно, это связано с более высокими значениями общих адаптационных характеристик и большим функциональным резервом, характеризующихся достаточной спортивной успешностью.

Определение функциональной подготовленности мини-футболистов обеих групп показало также наличие различий, которые в целом характеризовали худшую подготовленность спортсменов из группы с низкой спортивной успешностью. Все показатели в этой группе были ниже, чем у лиц из контрольной группы. Таким образом, можно утверждать, что установлено влияние уровня тревожности на формирование спортивной успешности игрока в мини-футболе.

Полученные данные позволяют отметить, что исследовавшийся уровень психологической подготовленности высококвалифицированных мини-футболистов по разному влияют на результаты их спортивной деятельности.

В дальнейшем с футболистами из группы с низкими психологическими показателями в

Таблица 2

Показатели шкал тревожности высококвалифицированных мини-футболистов с разным уровнем спортивной успешности

№ пп	Субшкалы видов тревожности	Группа 1 (n=12)		Группа 2 (n=10)	
		До коррекции	После коррекции	До коррекции	После коррекции
2	СТ	16,2+2,78	7,2+1,38	25,4+2,70	21,4+2,70
3	МТ	15,6+1,67	11,6+1,37	27,2+2,84	24,2+2,74
4	ОТ	59,0+4,02	46,0+3,02	88,5+6,33	67,5+3,0

Примечание: СТ – самооценочная тревожность; МТ – межличностная тревожность; ОТ – общая тревожность

играх был проведен курс психологической подготовки ориентированный на повышение стрессоустойчивости, а также оптимизацию негативных психических проявлений в тренировочном и соревновательном процессах.

Анализ данных свидетельствует о наличии положительных сдвигов в уровне проявления негативных психических качеств спортсменами после исследования. Так, при явном уменьшении депрессивности, раздражительности, реактивной агрессивности, повысились показатели таких качеств как уравновешенность, открытость, экстраверсия.

Таким образом, проведенная с высококвалифицированными мини-футболистами различного возраста психологическая работа привела к существенной эффективной оптимизации их психического состояния.

Исследование различных видов тревожности убедило в том, что у спортсменов входящих в экспериментальную группу существует падение отрицательных величин исследуемых характе-

ристик являющиеся результатом влияния на них специальной психологической подготовки.

Заключение. Результативность игры (успешность спортивной деятельности) в мини-футбольной команде существенно зависит от степени проявления спортсменами индивидуально-психологических качеств, которые в группе с низкой успешностью в спортивной деятельности выражаются в доминировании негативных личностных качеств.

Предложенный психологический тренинг эффективно сказался на показателях позитивных личностных качеств высококвалифицированных спортсменов. Следовательно, для повышения эффективности спортивной деятельности в мини-футболе (особенно в молодежной команде), необходимо проводить целенаправленную психологическую подготовку, которая позволит эффективнее оптимизировать реализацию потенциальных возможностей спортсменов и обеспечит повышение успешности, как тренировочной, так соревновательного процессов.

Литература.

1. Алиев Э.Г. Мини-футбол: учебник / Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев, В.П. Губа. – М.: Советский спорт, 2012. – 554с.
2. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
3. Беляков А.К. Структура и содержание подготовительного периода футбольных команд: автореф.дис. ... канд. пед. наук / А.К. Беляков. – М., 1986 – 22 с.
4. Губа В.П. Интегральная подготовка футболистов / В.П. Губа, А.В. Лексаков, А.В. Антипов. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.
5. Губа В.П. Интегральные основы спортивной тренировки (методы оценки и прогнозирования) / В.П. Губа // LAP LAMBERT, Academic Publishing. – 2012. – 360с.
6. Губа В.П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) / В.П. Губа. – М.: Советский спорт, 2012. – 384 с.
7. Губа В.П. Резервные возможности человека: монография / В.П. Губа, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2008. – 146с.
8. Новиков А.А. Основы спортивного мастерства: научное издание / А.А. Новиков. – М., ВНИИФК, 2003. – 208 с.
9. Diefendorff J.M. et al. Action-state orientation: Construct validity of a revised measure and its relationship to work-related variables / J.M. Diefendorff // J. Appl. Psychol. 2000. Apr. V. 85(2). P. 250-263.
10. Karoly P. Mechanisms of self-regulation: a systems view / P. Karoly // Ann. Rev. Psychol. 1993. V. 44. P. 23-52.
11. Sheeran P. Implementation intentions and repeated behaviour: Augmenting the predictive validity of the theory of planned behaviour / P. Sheeran, S. Orbell // Eur. J. Soc. Psychol. 1999. March—May. V. 29(2-3). P. 349-396.