

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ БАСКЕТБОЛЬНОГО АРБИТРА

В.Е. Ковригин

Уральский государственный университет физической культуры, Екатеринбург, Россия,
viktor2321@mail.ru

Введение. Уровень и направление развития баскетбола, как и многих видов спорта, в значительной мере определяется качеством судейства, оказывающим непосредственное влияние на рост технико–тактического мастерства баскетболистов [1].

Сложность судейства с каждым годом возрастает. Объективные трудности судейской деятельности в значительной мере обусловлены высокой динамичностью, краткостью и быстротой смены игровых ситуаций, в которых от судей ожидают абсолютно беспристрастных и безошибочных решений, а также высокой психологической напряженностью и ответственностью за принятые решения [3].

Важнейшим фактором высококлассного судейства является психологическая устойчивость арбитра, умение контролировать свое психологическое состояние. Достаточно часто приходится наблюдать картину, когда окрик тренера, бурная реакция игрока или зрителей выводят судью из равновесия, и он мгновенно теряет контроль над игрой. Фактор психологической устойчивости судьи, важный во все времена, во всех видах спорта, приобретает в современном баскетболе подчас решающее значение. Волнение перед ответственной игрой, встреча с возможной конфликтной ситуацией, боязнь совершить ошибку не должны оказывать определяющее воздействие на принятие судейских решений. Следовательно, умения психологического самоконтроля исключительно важны для качественного судейства игры [4].

Анализ литературных источников, опрос ведущих специалистов, педагогические наблюдения показали, что довольно низкий уровень психологической подготовленности, особенно начинаю-

щих судей связан с отсутствием конкретизированного состава психологических умений basketбольного арбитра, а вследствие этого неразработанностью средств и методов формирования данных умений.

Цель нашего исследования заключалась в том, чтобы выявить наиболее полный состав и значимость психологических умений basketбольного арбитра.

Методы исследования. В ходе исследования применялись такие методы как анализ специальной литературы и видеоматериалов, педагогическое наблюдение, опрос (в виде беседы) судей, тренеров и спортсменов, анкетирование.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ ряда источников научной и учебно–методической литературы, касающихся вопросов специальных судейских умений, опрос ведущих специалистов в области basketбольного судейства и собственные педагогические наблюдения позволили нам выделить шесть умений, составляющих основу психологической подготовленности basketбольного арбитра: 1) психологический настрой на судейство; 2) противодействие давлению со стороны игроков, тренеров и зрителей; 3) игнорирование личных симпатий к игрокам, командам и тренерам; 4) продолжение объективного судейства после совершения ошибки; 5) умение преодолеть боязнь ошибки; 6) сохранение спокойствия и концентрации внимания в ответственные моменты игры.

Умение **настроиться** на судейство ответственного матча исключительно важно для арбитра. В процессе формирования состояния готовности к действиям в экстремальных условиях, которые связаны с любой психологически сложной и ответственной деятельностью, возникают, как правило, два вида состояния благоприятное и неблагоприятное. К первому следует отнести эмоциональное возбуждение – состояние, характеризующиеся активацией различных функций организма, повышением готовности к различным действиям в ответ на эмоциональные факторы. Ко второму дистресс – чрезмерное возбуждение и чрезмерную напряженность – состояние, характеризующиеся временным понижением устойчивости различных психических функций, ухудшением координации движений и снижением уровня работоспособности. Обычно стрессовая ситуация перед игрой вызывает повышение уровня активизации, мобилизацию сил, однако может вызывать и дезорганизацию поведения и деятельности. Противодействие неблагоприятным стрессовым факторам осуществляется специальным овладением приемами саморегуляции психического состояния.

К сожалению, иногда приходится видеть ситуации, когда грозный окрик тренера, суровый взгляд игрока или бурная реакция зрителей выводят судью из равновесия, и он мгновенно теряет контроль над игрой. Фразы, брошенные тренером или игроками, задерживаются в сознании арбитра и против его воли оказывают отрицательное психическое воздействие на его последующую работу. Попытки компенсировать промахи в следующем эпизоде лишь еще больше усугубляют положение. Следовательно, умение судьи **противостоять давлению** со стороны исключительно важно для качественного судейства игры. Способность не обидеться на всплывшего игрока, умение мгновенно забыть реплику тренера – ценное качество арбитра.

Арбитру следует приложить много психических усилий, чтобы относиться к командам **однаково беспристрастно**. К сожалению, это не всегда удается. Во–первых, в любой встрече есть фаворит, и судья об этом помнит. Во–вторых, симпатии и антипатии присущи любому человеку, и невозможно их просто временно игнорировать. Следовательно, все усилия арбитра должны быть направлены на то, чтобы в его действиях нельзя было заподозрить предвзятости судейства по отношению к одной из команд. В этом случае важно найти «золотую середину». Нельзя «помогать» одной из команд, как и нельзя, отдавать свои предпочтения другой только для того, чтобы окружающие не заподозрили судью в предвзятости. Помимо отношения к играющим командам не менее важно и беспристрастное отношение к участникам матча – игрокам. В этом вопросе нейтрального отношения добиться гораздо труднее. Есть игроки, с которыми судью связывают дружеские отношения, особенно если арбитр сам в недавнем прошлом игрок. В этом случае следует забыть про дружеские чувства и воспринимать игрока, как равноправного участника матча. Иногда встречаются, игроки скандальные по своему характеру, с которыми у судьи не сложились отношения, и игрок считает его либо плохо знающим basketбол, либо предвзятым по отношению к команде или к самому игроку. В этом случае арбитру нельзя допускать проявления малейших признаков неприязни или вражды. Необходимо прощать это спортсмену и понимать, что ему тяжелее.

Иногда случаются ситуации, когда **после совершения судейской ошибки** арбитр пытается реабилитироваться перед пострадавшей командой, принимая не объективное решение в ее пользу в следующем игровом эпизоде. Тем самым судья отходит от буквы правил и провоцирует конфликтные ситуации. В отличие, например, от судейства в легкой атлетике, в basketболе действия

арбитра – это практически участие в самой игре со всеми ее напряженными моментами. И ошибаться судья может так же вероятно, как ошибается игрок или тренер. Следовательно, арбитр должен осознавать, что ошибки в судействе неизбежны и в случае если они происходят нужно уметь, не теряя контроля над игрой, продолжить объективное судейство, не принимая действий для «заглаживания» своих ошибочных решений.

Как правило, явных судейских ошибок в начале матча бывает немного. Иное дело – концовка игры. Здесь неизменно сказывается и физическое утомление, которому судьи подвержены почти в такой же степени, что и игроки, и эмоциональное напряжение, которое возрастает, если ни одна из команд не добилась уверенного преимущества в счете. В данной ситуации резко возрастает возможность судейской ошибки, иногда даже самой нелепой, вследствие психического утомления. Следовательно, арбитр должен **уметь сохранить необходимую концентрацию внимания до последних секунд матча**, быть уверенным в себе до конца, даже если зрители, игроки и тренеры негодуют по поводу его решений, даже если счет равный, до конца игры осталось две секунды и мяч находится во владении атакующей команды. Помочь в этом может применение средств специальной психической регуляции.

С целью определения значимости исследуемых умений, нами было проведено анкетирование. Для проведения экспертизы мы привлекли 16 высококвалифицированных специалистов, в том числе 4-х судей международной категории, 4-х судей всесоюзной категории, 5 судей республиканской категории, 1-ого профессора и 2-х доцентов кафедры Теории и методики спортивных игр Уральского Государственного Университета Физической Культуры. Экспертам предлагалось оценить умения по критериям значимости. Под значимостью понималась необходимость и важность роли умения для судейства соревнований по баскетболу. Данный показатель оценивался по пятибалльной шкале по принципу – чем выше значимость умения, тем выше балл. Для наглядности полученные данные были переведены в относительные величины в виде процентов от максимального балла (таблица 1).

Таблица 1 – Значимость психологических умений баскетбольного арбитра (M±m)

Умения	Значимость умения	
	Бал	%
1) Психологический настрой на судейство	4,1±0,1	82
2) Противодействие давлению со стороны игроков, тренеров и зрителей	4,9±0,3	98
3) Игнорирование личных симпатий к игрокам, командам и тренерам.	4,7±0,2	94
4) Продолжение объективного судейства после совершения ошибки;	4,7±0,2	94
6) Сохранение спокойствия и концентрации внимания в ответственные моменты игры	5±0,3	100

Для установления количества и границ уровней значимости психологических умений баскетбольного арбитра мы решили воспользоваться наиболее принятой и часто используемой градацией в пять уровней: максимальный, высокий, средний, низкий и очень низкий. Учитывая, что оценки значимости и сложности умений были расположены в диапазоне от 1 до 5 баллов, количественные характеристики пяти уровней выглядели следующим образом: максимальный уровень – от 4,5 до 5 баллов, (90–100%), высокий уровень – от 3,5 до 4,5 балла (70–90%), средний уровень – от 2,5 до 3,5 балла (50–70%), низкий уровень – от 1,5 до 2,5 балла (30–50%), очень низкий уровень – от 0 до 1,5 балла (0–30%).

Оценки в пределах максимального уровня значимости получили четыре умения: противодействие давлению со стороны игроков, тренеров и зрителей (98%); игнорирование личных симпатий (94%); продолжение объективного судейства после совершения ошибки (94%); сохранение спокойствия и концентрации внимания в ответственные моменты игры (100%).

Высокий уровень значимости получило умение психологического настроя на судейство (82%).

Средний показатель значимости по группе составил 94%, что соответствует максимальному уровню. Оценки значимости в пределах среднего и низкого уровня не получило ни одно умение.

Выводы:

- 1) Проведенное исследование позволило выявить шесть профессиональных умений, владение которыми определяет психологическую подготовленность баскетбольного арбитра.
- 2) Исследуемые психологические умения получили оценки в пределах высокого и максимального уровня значимости, что указывает на исключительную важность психологической подготовки арбитра для эффективной судейской деятельности.
- 3) Полученные данные о составе, содержании и значимости психологических умений баскетбольного арбитра могут быть использованы для совершенствования процесса подготовки судей по баскетболу.

Литература:

1. Давыдов, М.А. Отбор и специальная физическая подготовка судей спортивных игр : автореф. дис. ... канд. пед. наук / М.А. Давыдов ; Белорус. гос. ордена Труд. Крас. Знамени ин-т физ. культуры. – Минск, 1988. – 19 с.
2. Дулин, А.Л. Формирование навыков судейства у юных баскетболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.Л. Дулин ; ВНИИФК. – М., 1984. – 19 с.
3. Ерофеев, С.Д. Специальная подготовленность баскетбольных арбитров : дис. ... канд. пед. наук / С.Д. Ерофеев ; РГАФК. – М., 2002. – 127 с.
4. Нефедов, В.М. Подготовка судей по баскетболу / В.М. Нефедов. – М.: Салам, 2009. – 247 с.