

ОЦЕНКА ЛИЧНОСТНОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА У СПОРТСМЕНОВ ПАРАЛИМПИЙСКОЙ СБОРНОЙ КОМАНДЫ РОССИИ ПО ТХЭКВОНДО (С ПОРАЖЕНИЕМ ОДА)

Барченко С.А., Емельянов В.Д., Красноперова Т.В., Фоминов Д.А.
ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», г.Санкт-Петербург, Россия

Аннотация: в статье представлен анализ уровня психологического потенциала тхэквондистов паралимпийской сборной команды России (с поражением ОДА) непосредственно на предсоревновательном этапе подготовки (подготовка к Чемпионату мира).

Abstract: in the article we introduce our analysis of psychology activity by taekwondists of Russian national paralympic team (athletes with Physical Disabilities) on the pre-competition preparation stage.

Актуальность: в связи с поиском современных подходов к повышению эффективности процесса подготовки спортсменов в паралимпийском спорте возникает необходимость изучения индивидуальных и личностных особенностей спортсменов, влияющих на их эмоциональную устойчивость. Это требует привлечения методик для изучения свойств психологического потенциала [2, 3, 4].

Цель исследования: совершенствование процесса подготовки с использованием программно-аппаратных диагностических стендов.

Задачи исследования: исследовать самооценку психических состояний спортсменов; охарактеризовать текущее состояние спортивной готовности паралимпийцев на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки; разработать индивидуальные рекомендации по коррекции состояния квалифицированных спортсменов.

Объект и методы исследования:

У 24 спортсменов паралимпийской сборной команды России по тхэквондо (с поражением опорно-двигательного аппарата) было проведено обследование с оценкой личностного и психологического потенциала и анализ динамики исследуемых показателей в процессе предсоревновательной подготовки.

В основу диагностики положена концепция генетической предрасположенности человека к выполнению тех или иных движений и действий, которые могут быть наиболее успешно развиты и реализованы в спортивных процессах. Методика отвечает требованиям стандартизации для оценки психологического обеспечения деятельности [1].

В исследовании использован компьютеризированный унифицированный модульный программно-аппаратный комплекс для

диагностики состояний человека (КУКОСС), разработанный в Санкт-Петербургском научно-исследовательском институте физической культуры, позволяющий оперативно оценить показатели, отражающие осознаваемые, двигательные и вегетативные компоненты психологического состояния [3, 4].

Комплекс позволяет анализировать следующие показатели:

1. Самооценка (самочувствие (С), настроение (Н), ясность цели (ЯЦ), желание тренироваться (ЖТ), уверенность в достижении цели (УДЦ), готовность к максимальному результату (ГМР), удовлетворение тренировочным процессом (УТП).

2. RX-1 – шкала ситуативной тревожности по Спилбергеру-Ханину позволяет выявить уровень ситуативной тревожности спортсмена.

3. CM – шкала мотивации состояния по В.Ф. Сопову (CM), отражает влияние ситуативных факторов на мотивацию достижения у спортсменов.

Самооценка фиксируется по 10-балльной шкале, где: 10 - самая высокая (больше быть не может); 5 - обыденно, как всегда; фиксируются абсолютные значения. Самооценки дают представление о субъективном восприятии спортсменов своих состояний, возможностей. Если величина оказалась менее 5 баллов, следует обратить на это внимание и попытаться выяснить причину низкой оценки.

Шкалы RX-I и CM. Обе шкалы, в совокупности 12 вопросов, помещены на одном бланке с инструкцией для спортсмена.

RX-I - подсчитывается сумма баллов за ответы на первые пять вопросов шкалы самооценки. Ответы на вопросы 2, 5 учитываются в соответствии с числами, обозначенными на бланке; ответы на вопросы 1, 3, 4 - в обратном порядке (за 4 - 1 балл, за 3 - 2 балла т.д.). RX-I - позволяет выявить уровень ситуативной тревожности спортсмена (особенно, перед соревнованиями). В том случае, если величина показателя более 12 баллов - определяется наличием ситуативной тревоги.

CM - подсчитывается сумма баллов за ответы на вопросы от 6 до 12-го. Ответы на вопросы 6, 8, 9, 11 учитываются в соответствии с числами, обозначенными в шкале; ответы на вопросы 7, 10, 12 - в обратном порядке. CM отражает влияние ситуативных факторов на мотивацию достижения у спортсменов. Средние (хорошие) значения этого показателя для высококвалифицированных спортсменов составляют (по В.Ф. Сопову) 20 ± 2 баллов у мужчин и 21 ± 2 - у женщин. Показатели 13-15 баллов наблюдаются у спортсменов, находящихся в конфликте с тренером, сомневающих в правильности методики их подготовки, потерявших уверенность в возможности достижения цели. Максимальные значения (26-28 баллов) наблюдались у высокотревожных спортсменов с пониженным самоконтролем, находящихся в ситуации "последний шанс", а также у очень молодых и неопытных спортсменов, плохо оценивающих обстановку и свои возможности.

Таблица 2

Результаты личностного и психологического потенциала (женщины)

ФИО	пол	Само- чувствие	Н	ЯЦ	ЖТ	УДЦ	ГМР	УТП	РХ-1	СМ
А-а С.	Ж	9	10	10	10	9	9	10	11	22
Б-а Е.	Ж	9	10	10	10	5	10	10	8	28
И-а З.	Ж	9	10	10	10	10	9	10	8	27
М-а С.	Ж	7	7	10	7	7	7	9	12	23
Р-а А.	Ж	7	5	7	10	8	7	10	12	15
С-а Э.	Ж	10	10	10	10	5	10	10	8	25
Ш-а Д.	Ж	9	10	10	10	5	10	10	8	24

Анализ субъективных самооценок спортсменов показывает, что при планировании тренировочного процесса следует обратить внимание на низкую готовность к максимальному результату у Р-а Т., уверенность в достижении цели у Б-й Е., на невысокий уровень самочувствия и настроения у Т-а А., средние показатели по большинству пунктов у С-й Э., Р-й А., Г-а С. У остальных спортсменов анализ субъективных самооценок показал высокие результаты.

Ситуативная тревожность выявлена у А-а З., Р-й А., С-й Э.

Анализ влияния ситуативных факторов на мотивацию достижения у спортсменов показал следующее: отмечено влияние ситуативных факторов на мотивацию достижений у следующих спортсменов: И-в Л., Н-о В., Р-в Т., Ч-в Б., Б-а Е., С-а Э. У названных спортсменов наблюдаются максимальные значения, которые характерны для очень молодых и неопытных спортсменов, плохо оценивающих обстановку и свои возможности. У остальных спортсменов сборной команды отмечен высокий уровень мотивации и потребности в достижении цели.

Оценка уровня мотивации выявила у 13 тхэквондистов мотивацию на успех, тогда как у 2 спортсменов выявлена склонность к избеганию неудачи. Ситуативная тревожность выявлена у 5 атлетов. Высокий уровень мотивации и потребности в достижении отмечен у 3 человек.

Заключение.

На предсоревновательном этапе подготовки (подготовка к Чемпионату мира) в команде отсутствуют ситуативные факторы, способные повлиять на мотивацию достижения результатов у спортсменов.

Внешние факторы не оказывают влияния на уровень спортивной мотивации, что является положительным фактором для подготовки команды.

По результатам обследования были разработаны индивидуальные рекомендации по коррекции психологического состояния

квалифицированных спортсменов-тхэквондистов паралимпийской сборной команды России лиц с ПОДА непосредственно на предсоревновательном этапе подготовки (подготовка к Чемпионату мира).

Таким образом, показана эффективность использования программно-аппаратных диагностических стендов (КУКОСС) в процессе совершенствования процесса подготовки спортсменов-тхэквондистов паралимпийской сборной команды России лиц с ПОДА.

Литература:

1. Баряев, А.А. Особенности научно-методического сопровождения процесса подготовки спортсменов-паралимпийцев / А.А. Баряев, С.Н. Мишарина, А.А. Злыднев // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 3. – С. 13 – 18.

2. Евсеев С.П. Адаптивный спорт / С.П. Евсеев, Ю.А. Брискин, А.В. Передерий // – М.: Советский Спорт. - 2010. – 344 с.

3. Шелков О.М. Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение в паралимпийских видах спорта, с учетом медицинской классификации / О.М. Шелков, А.Г. Абалян // – СПб.: Изд-во СПб НИИ ФК. - 2010. – 153 с.

4. Шелков О.М. Технологии комплексной диагностики состояний квалифицированных спортсменов при выполнении сложнокоординационных и точностных действий / О.М. Шелков // – СПб.: Изд-во СПб НИИ ФК. - 2009. – 257 с.

Почтовый адрес: Россия 191040 Санкт-Петербург, Лиговский пр. 56, литер "Е"

e-mail: info@spbniifk.ru