

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ

Е.И. РАЗУМЕЦ
ФНКЦСМ ФМБА, г. Москва

Развитию детско-юношеского спорта с каждым годом все активнее уделяется внимание в нашей стране. Открываются новые спортивные комплексы, проводится работа по формированию кадрового состава, участвующего в подготовке юных спортсменов. Все большую актуальность приобретают научные исследования в сфере детско-юношеского спорта. Здесь невозможно приуменьшить роль психологических исследований и их применения в работе с молодежью, поскольку детский и подростковый возраст требует как можно более бережного обращения с личностью, а знания возрастных особенностей психики просто необходимы. Юный спортсмен, как и его не занимающиеся спортом сверстники, подвергается тем же возрастным кризисам, сталкивается с теми же сложностями, однако все это усугубляется регулярными физическими и психологическими нагрузками, которые требует от него спорт. Оттого, насколько успешно будет выстроено взаимодействие юного спортсмена с другими участниками спортивной деятельности, в первую очередь, с тренером, во многом будет зависеть, какие личностные качества сформируются и закрепятся в процессе этого взаимодействия, а от личностных качеств спортсмена, в свою очередь, – реализация главной спортивной цели – высокого спортивного результата. Понять, какие же личностные качества могут помочь в достижении результата, призвана психологическая наука

Исследование личностных особенностей юных спортсменов необходимо, так как спортсмены в зависимости от направленности, мотивации и других индивидуально-психологических особенностей неодинаково выступают на соревнованиях, а подготовка к ним строится в основном на основе эмпирического опыта тренеров без достаточного научно-психологического обоснования.

Нами было проведено исследование зависимости определенного набора психологических особенностей личности спортсмена и успешности его спортивной деятельности. Была выдвинута гипотеза о том, что наличие таких качеств у спортсмена как высокая мотивация к достижению успеха в сочетании со средней мотивацией к избеганию неудач, высокая стрессоустойчивость, средний уровень тревожности способствует достижению успеха в спортивной деятельности.

В исследовании приняли участие спортсмены-футболисты от 12 до 16 лет, в количестве 60 человек, члены четырех команд, принимающих участие в первенствах России по своим возрастам. В соответствии с такими показателями успешности, как положение команды в турнирной таблице, а также индивидуальные экспертные оценки, все спортсмены были условно разделены на две группы: «успешные» и «неуспешные». В первой группе оказались спортсмены 12 и 16 лет (30 человек), во второй – 13 и 15 лет (30 человек).

Для исследования личностных качеств спортсмена были использованы следующие методики: методика диагностики мотивации к достижению успеха и избеганию неудач Т.Элерса, тест на исследование тревожности (опросник Спилбергера), методика перцептивной оценки типа стрессоустойчивости. При обработке эмпирического материала использовались методы системно-психологической интерпретации данных. Характер распределения приближен к нормальному, поэтому для подтверждения достоверности результатов был использован Т-критерий Стьюдента.

Исследование по методике Элерса доказало, что, действительно, успешные спортсмены в большинстве своем имеют высокий уровень мотивации достижения успеха и средний уровень мотивации избегания неудач, в отличие от спортсменов из неуспешной группы. Было выявлено, что успешные спортсмены имеют средний уровень личностной тревожности и высокий уровень стрессоустойчивости; у большинства неуспешных спортсменов очень высокие показатели по шкале личностной тревожности и низкий уровень стрессоустойчивости.

Таким образом, в результате комплексного исследования психологических качеств спортсмена, которые способствуют достижению успеха в спортивной деятельности, была установлена взаимосвязь эффективности соревновательной деятельности с типическими особенностями и личностными характеристиками спортсмена в условиях командных соревнований.

Владение тренером знаниями об индивидуальных психологических особенностях своих подопечных позволяет корректировать стратегию и тактику участия спортсмена в конкретных соревнованиях, производить формирование состава, позволяет повысить надежность и эффективность спортивных результатов. Применение полученной информации может помочь также и при селекционной работе. Если же говорить о пользе применения тренером знаний об индивидуальных психологических особенностях своих подопечных для самих спортсменов, то, безусловно, необходимо отметить, что в процессе такого взаимодействия личность юного спортсмена будет формироваться и развиваться более гармонично, возникновение конфликтных ситуаций будет снижено, а тренировочный и соревновательный процесс станет более комфортным для всех его участников.

Полученные результаты были реализованы в практике работы психологической службы ЦПФ им.Л.И. Яшина ФК Динамо Москва.