

3. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека: учебник для высших учебных заведений физической культуры / Под ред. Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. М.: Спорт, 2016. 14-е изд. 624 с.

4. Калганов В. А. Основы клинической психологии: учебник для вузов / В. А. Калганов, В. Г. Белов, Ю.А. Парфёнов. Санкт Петербург.: Питер, 2013. 455 с.

5. Бройтигам В. Психосоматическая медицина / В. Бройтигам, П. Кристиан, М. Рад. М.: ГЭОТАР Медицина, 1999. 380 с.

УДК [796.8+796.332.6]-055.2:159.923.4:159.922.1

## ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ «МУЖСКИМИ» ВИДАМИ СПОРТА

*Доманцевич М. Ф.*

*Студент*

*Позняк Ж. А.*

*Старший преподаватель*

*«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»*

*Витебск, Республика Беларусь*

**Аннотация.** В статье рассматривается вопрос психологических особенностей девушек, занимающихся различными видами спорта. Проводится сравнительная характеристика студентов, занимающихся гимнастическими видами спорта и изначально мужских (спортивные единоборства, мини-футбол, армрестлинг).

**Ключевые слова:** студенты; девушки; «мужские» виды спорта; темперамент; психологический пол.

**Актуальность.** Проблемы, связанные с так называемой, женской проблематикой, захватывают на сегодняшний день никак не заключительную роль в различных сферах науки. В минувший период в нашем государстве, а также за границей остается стабильная заинтересованность к проблеме девушек в «мужских» видах спорта, что проявляется, в частности, в увеличении числа публикаций и многообразии осматриваемых вопросов [1, 2, 3, 4, 5].

В целом вопрос полового диморфизма в спорте взял значительную роль в экспериментальной практике различных государств. Научные основы женского спорта, также диморфические отличия спортивных результатов изучались на результатах Станиславы и Тересы Соха (Польша), Л. Г. Шахлиной (Украина) и Т. С. Соболевской (Россия).

При этом немаловажное открытие сделала Л. И. Лубышева, которая отметила резкое омоложение женского спорта, краткосрочность женской карьеры в спорте, плохая адаптация в социальной жизни, высокое мнение о положительном влиянии спорта на внешность и здоровье женщин (Л. И. Лубышева, 2004; И. А. Грец, 2010).

Также стоит отметить, что преодолены последние запреты для женщин для участия в спортивных соревнованиях, желание женщин соревноваться наравне с мужчинами, ознаменовалось успехом. Женщины в современном мире получили большие возможности ради реализации спортивных интересов, которые подтверждаются участием в последней летней Олимпиаде в Токио 2020, где 48 % женщин от общего числа участников.

**Цель исследования:** исследование влияния «мужских» видов спорта на личностные характеристики спортсменок.

**Методика и организация исследования.** Педагогический эксперимент проводился на базе ВГУ имени П. М. Машерова. В исследовании принимали участие 30 девушек в возрасте 18–25 лет, занимающихся в настоящее время «мужскими» видами спорта: спортивное единоборство ( $n = 12$ ), мини-футбол ( $n = 9$ ), армреслинг ( $n = 9$ ), спортивной квалификации от второго разряда до мастера спорта (экспериментальная группа (ЭГ)). Контрольная группа (КГ), той же возрастной группы, занимающиеся аэробикой спортивной ( $n = 14$ ).

*Методы исследования:* Анализ научно-методической литературы; психологическое тестирование (психодиагностические тесты: методика С. Бем, тест «Формула темперамента» (А. Белов), тест «Темперамент и социотипы» (Франция-Хейманс), опросник А. Басса и А. Дарки); методы математической статистики.

**Результаты исследования и их осуждение.** Нами было проведено исследование, целью которого явилось изучение влияния спорта на личностные характеристики женщин.

Анализируя полученные данные по методике С. Бем, мы наблюдаем, что большинство испытуемых ЭГ – 81,5 % было отнесено в группу личностей так

называемого андрогинного типа, распределение остальных составило – маскулинный тип личности 7,4 %, фемининный – 11,1 %. В КГ все спортсменки 100% отнесли себя к андрогинному типу личности (рис. 1).



Рисунок 1 – Диагностика психологического пола личности по методике С. Бем девушек-спортсменок КГ и ЭГ (%)

Другими словами, большинство девушек репрезентируют себя носителями как традиционно женских (подчиняемость, мягкость, сотрудничество), так и традиционно мужских черт (лидерство, настойчивость, активность, доминирование).

Тест «Темперамент и социотипы» (Франция – Хейманс): диагностика эмоциональной и личностной сферы спортсменок. Как показало наше исследование, большинство респондентов ЭГ (29,6 %), КГ (50 %) относят себя к типу темперамента «страстный» – эмоциональному и активному человеку. Однако их вторичность не дает «выйти им из берегов», направляет активность в одну сторону, не дает разбрасываться.

Холериками считают себя 22,2 % девушек, занимающихся «мужскими» видами спорта, и 14,3 % девушек-аэробичек. Они видят себя людьми, которые беспокоятся о последствиях своих поступков, поэтому отличаются решительностью, оптимистичностью.

К типу темперамента «нервный» определили себя 14,8 % опрошенных из ЭГ, и 7,1 % из КГ. Занимаются в «мужских» видах спорта также девушки, относящие себя к флегматикам (3,7 %). В КГ их насчитывается – 14,3 %. Сангвиники в ЭГ 25,9 %, аэробика спортивная – 14,3 %.

Однако необходимо отметить, что 3,7 % занимающихся «мужскими» видами спорта являются апатиками (рис. 2).

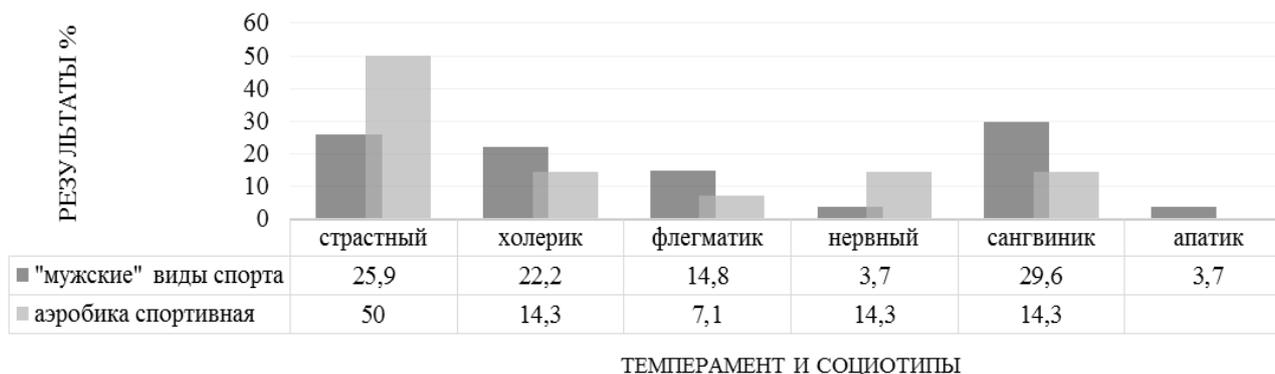


Рисунок 2 – Сравнение показателей типа темперамента и социотипов у КГ и ЭГ (%)

Проведение Методики А. Белова послужила выявлению преобладающего типа темперамента и выявления представленности в нем свойств других типов.

Цель исследования определить доминирующий тип темперамента. Так после проведения психологического тестирования было выявлено, что у большинства девушек, занимающихся спортивными единоборствами, преобладает холерический тип темперамента – 77,8 %. Холерический тип имеют 66,7 % девушек, занимающихся мини-футболом, 22,2 % спортсменок из армреслинга и 36 % занимающихся аэробикой спортивной.

Большинство спортсменок занимающихся армреслингом относят себя к типу темперамента – сангвиник (66,7 %). К этому типу также себя относят – 22,2 % девушек из спортивных единоборств, 33,3 % девушек-спортсменок из мини-футбола, 64 % – аэробичек.

К типу темперамента – флегматик определили себя небольшая группа девушек из ЭГ: армреслинг (11,1 %) (рис. 3).



Рисунок 3 – Сравнение показателей доминирующего типа темперамента по видам спорта (%)

После проведения психологического тестирования с целью оценки агрессивности личности в спорте (опросник А. Басса и А. Дарки) были получены следующие данные: среднее значение индекса агрессивности  $7,6 \pm 0,8$  – спортивные единоборства,  $6,1 \pm 1,1$  – армреслинг,  $7,2 \pm 0,3$  – мини-футбол, КГ –  $5,8 \pm 1,1$ . Среднее значение индекса враждебности в ЭГ спортивные единоборства –  $6,6 \pm 1,1$ , у спортсменок занимающихся армреслингом –  $6,2 \pm 0,9$ , мини-футбол –  $6,7 \pm 0,9$ . Индекс враждебности у спортсменок аэробики спортивной –  $7,5 \pm 0,9$ .

**Заключение.** Таким образом, после проведения исследования было выявлено, что большинство испытуемых ЭГ (81,5 %) было отнесено в группу личностей так называемого андрогинного типа. По тесту «Темперамент и социотипы» (Франция – Хейманс) получено, что девушки КГ и ЭГ относят себя к типу темперамента «страстный» – эмоциональному и активному человеку.

После проведения психологического тестирования по методике А. Белова было выявлено, что у большинства девушек, занимающихся «мужскими» видами спорта доминирующим типом темперамента (60 %) является холерический, в КГ больше сангвиников (64 %).

Сравнение оценки агрессивности личности в спорте (опросник А. Басса и А. Дарки) выявило, что у спортсменов, занимающихся разными видами спорта, агрессивность выражена по-разному. У женщин, занимающихся «мужскими» видами спорта (борьбой, боксом, футболом, и др.), среди которых, много маскулинных, агрессивность выше ( $6,9 \pm 0,8$ ), чем у женщин, занимающихся аэробикой спортивной ( $5,8 \pm 1,1$ ). Зато у последних, по сравнению со спортсменками из «мужских» видов спорта, выше враждебность ( $7,5 \pm 0,9$ ).

Использование социально-психологических тренингов в психологической подготовке спортсменок, помогут создать базу для формирования психологически качеств, повысить соревновательную уверенность, надёжность, придать твердости духа.

**Список литературы:**

1. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е. П. Ильин. СПб.: Питер, 2006. 544 с.
2. Лубышева Л. И. Женщина и спорт: социальный аспект / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. 2000. № 6. С. 13–16.
3. Соха Т. К. К проблеме диморфизма в современном спорте / Т. К. Соха // Наука в олимпийском спорте. 1995. № 2. С. 24–30.
4. Талай В. А. Влияние занятий «мужскими» видами спорта на биообщественную структуру женщин / В. А. Талай, Ж. А. Позняк // Весн. Віцебск. дзярж. Ун-та. 2016. № 1. С. 107–113.
5. Шахлина Л. Г. Психофизиологические аспекты спортивной подготовки женщин / Л. Г. Шахлина // Наука в олимпийском спорте. 2004. С. 25–29.

**УДК 796.81**

**РОЛЬ КООРДИНАЦИОННЫХ КАЧЕСТВ В ТРЕНИРОВОЧНОМ  
ПРОЦЕССЕ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ  
ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБОЙ**

*Егоров Д. С.*

*Магистрант*

*Валкина О. Н.*

*Кандидат биологических наук, доцент*

*Панова Е. Е.*

*Кандидат педагогических наук, доцент*

*«Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова»*

*Ульяновск, Россия*

**Аннотация.** В статье обосновывается роль и место координационных способностей в тренировочном процессе, представлены особенности современных методик тренировки в развитии координационных способностей у юных борцов греко-римского стиля, показана необходимость учета разработки экспериментальной методики развития координационных способностей и методических подходов к дифференцированному использованию специальных упражнений для совершенствования технико-тактической подготовленности борцов греко-римского стиля с различными типологическими свойствами нервной системы, такими, как «сила/слабость» нервной системы по процессу возбуждения.

**Ключевые слова:** греко-римская борьба, двигательные координации, педагогический эксперимент.

**Актуальность.** Фундаментальные исследования по вопросам спортивной подготовки в различных видах спорта указывают на то, что за последние годы все большее число ученых пытаются выделить самостоятельную предметную область, связанную с определением места и роли координационной тренировки как взаимообусловленного комплексного тренировочного процесса.