

Психолого-педагогические конструкты профессиональной модели игрока-теннисиста

А.В. Железнов

Учреждение образования «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»

Основной целью многолетней подготовки представителей игровых видов спорта является выявление индивидуальной динамики становления спортивного мастерства, развитие и стабилизация профессионально важных качеств и способностей, обеспечивающих в конечном итоге надежность и успешность выступлений на ответственных соревнованиях. На современном этапе развития настольного тенниса, в условиях, когда физическая, технико-тактическая подготовленность спортсменов высшей квалификации достигла примерно одного уровня, результат спортивного поединка все чаще определяется психологическими факторами. Отсюда все более актуальными становятся проблемы создания профессиональной психолого-педагогической модели спортсмена. Решение этих вопросов позволит спроектировать характеристику-эталон игрока-теннисиста.

В статье представлены эмпирические материалы модели личности спортсмена-теннисиста, которая рассматривается как комплекс качеств личности, способствующий оптимизации профессиональной деятельности спортсмена. Выявлены и охарактеризованы три содержательных конструкта модели – мотивационный, интеллектуальный, эмоциональный.

Ключевые слова: профессиональная модель, личность, спортсмен, теннисист, профессиограмма.

Psychological and educational constructions of the professional model of the tennis player

A.V. Zheleznov

Educational establishment «Vitebsk State University named after P.M. Masharov»

Main objective of long-term training of representatives of game sports is identification of individual dynamics of sports skill, development and stabilization of professionally significant qualities and abilities, which finally provide reliability and success of performances at important competitions. At the present stage of the development of table tennis, in conditions when physical, technical and tactical readiness of top skill athletes has reached approximately one level, the result of a sports duel is often conditioned by psychological factors. Hence more and more significant are the problems of the creation of professional model of the athlete that will allow designing the psychological characteristic – a standard of the tennis player.

In the article empirical materials of the model of the personality of the tennis player which is considered as a complex of qualities of the personality, promoting the strengthened professional activity of the athlete are presented. Three substantial constructions of the model are revealed and characterized – the motivational, the intellectual and the emotional.

Key words: professional model, personality, athlete, tennis player, profession picture.

Модели личности спортсмена создаются для того, чтобы представить тот комплекс качеств личности, который способствует успешности профессиональной деятельности. В соответствии с такой схемой на практике осуществляются многоэтапный отбор спортсменов и их многолетняя подготовка. Предлагаемые нами психолого-педагогические конструкты модели игрока в настольном теннисе состоят из трех блоков: мотивационного, интеллектуального и эмоционального. Структура психологической модели представляет собой комплекс профессионально важных качеств теннисиста.

В мотивационном блоке основным является профессионально важное качество мотивации достижения. Оно начинается с интереса к игре как таковой и к настольному теннису конкретно, а заканчивается осознанием огромной ответственности выступления за свою команду,

город, регион, страну. На каждом этапе спортивной подготовки спортсмен руководствуется целым комплексом мотивов достижения успеха, но какой-то мотив в определенный момент является ведущим. Тренер должен знать этот мотив, и опираясь на него, поднимать для спортсмена желанную планку достижений, и делать это на протяжении всей его спортивной жизни по иерархической цепочке мотивов «хочу» – «могу» – «должен».

Конструкт блока игрового интеллекта является ядром психологической модели игрока в настольный теннис. Наши исследования выявили, что игровой интеллект как умение быстро и качественно перерабатывать информацию является первоочередной предпосылкой успеха в настольном теннисе. Первые два структурных элемента профессионально важного качества игрового интеллекта – сенсомоторный и перцептивный – характеризуют способность игрока к быстрому реа-

гированию и наличию у него так называемого «чувства мяча». Все игроки высокого класса обладают ярко выраженными качествами реакции и чувства мяча, которые являются сплавом природных задатков и приобретенного опыта.

Следующие два компонента структуры игрового интеллекта – мнемический и мыслительный – характеризуют умение спортсмена ориентироваться в игровой ситуации, выделять в ней главное, быстро и правильно принимать технико-тактические решения. Таким образом, с повышением квалификации игрок от умения ориентироваться в непосредственной ситуации переходит к умению видеть на ход вперед, а затем и к вероятностному прогнозированию развития игровой ситуации на много ходов вперед. Игровой интеллект предполагает умение мыслить творчески, нестандартно.

Эмоциональная устойчивость как способность противостоять психическим сбивающим факторам соревнований является важнейшей составной характеристикой мастерства. Она может быть по форме моторной – как устойчивость выполнения технико-тактических приемов в стрессовых условиях соревнований, сенсорной – как способность «видеть поле» в сложной игровой ситуации, интеллектуальной – как умение навязывать свою тактику при жестком противодействии соперника.

В то же время наши исследования показали, что, к сожалению, даже ведущие теннисисты Витебского региона обладают низкой эмоциональной устойчивостью. Как свидетельствует наша практическая деятельность, для ее повышения нужны специальные мероприятия. Во-первых, это начальный отбор для занятий настольным теннисом игроков с сильной и уравновешенной нервной системой, которая является физиологической основой эмоциональной устойчивости. Во-вторых, нужно постепенно адаптировать игроков к сложным соревновательным условиям. И, наконец, необходимо целенаправленно мобилизовать личность спортсмена, что достигается путем психологического тренинга.

Наличие психолого-педагогических конструкторов профессиональной модели позволяет спроектировать тот оптимальный комплекс профессионально важных качеств, который обеспечит постоянный профессиональный рост спортсмена и позволит ему добиться успехов в спортивной карьере.

Целью данной статьи является эмпирическое исследование психолого-педагогических конструкторов профессиональной модели игроков-теннисистов.

Материал и методы. Материалом исследования послужил многолетний опыт работы автора со студентами ФФК и С УО «ВГУ им. П.М. Машерова», а также со спортивными командами Витебского региона по настольному теннису. Использованы методы моделирования, шкала мотивации Маслоу, шкала лидерства, цветовой тест Люшера, тепинг-тест, кольца Ландольта, тест Кеттела. Способность точно дифференцировать мышечное напряжение измерялось с использованием кинометра, способность точно распределять мышечное напряжение измерялось с помощью динамометра.

Результаты и их обсуждение. Настольный теннис представляет собой сложнокоординированную деятельность в вариативных ситуациях. Неопределенность условий игровой деятельности ограничена жестким лимитом времени и малой информативностью действий соперника, что представляет сложность технико-тактических задач, непрерывно решаемых спортсменом в течение встречи. Специфическая структура настольного тенниса характеризуется тем, что каждая ситуация перед новым обменом ударами воспринимается как предстартовое состояние, способное оказывать мощное стрессогенное воздействие на организм спортсмена. Состязательная игра протекает в условиях постоянного соперничества, оперативного разгадывания замыслов противника при отыгрывании каждого отдельного мяча. В поединках спортсменов-профессионалов нет и не может быть длительного обмена ударами. Этот процесс носит сложный конфликтный характер и отличается большим психологическим напряжением.

Современный уровень спортивных достижений настольно высок, что правомерно встает вопрос о пределе человеческих возможностей, обуславливающих эти достижения. В условиях, когда физическая, техническая и тактическая подготовленность спортсменов высшей квалификации достигла примерно одинакового уровня, результат спортивного поединка часто определяется психологическими факторами. Как показывает наше исследование в настольном теннисе, выравнивание технико-тактической, физической подготовленности спортсменов выражается в значительной динамике соотношения в счете в течение партии, эмоциональной и психической напряженности, остроконфликтном характере игры, где до конца розыгрыша очка каждый из соперников имеет возможность коренным образом изменить направленность и содержание борьбы. Указанные условия предъявляют серьезные требования к эмоциональной

устойчивости спортсмена, возможностям высокой работоспособности, оперативному приему, анализу информации, принятию к исполнению решения, что в комплексе определяет надежность стабилизации игровой деятельности.

В настольном теннисе, где техника и успех неразрывно связаны, а тактика является главенствующей составляющей, уровень и содержание психической деятельности определяют в первую очередь профессиональные качества спортсмена-теннисиста.

Подходы к составлению нами психогаммы основываются на учете структуры профессионально важных качеств, что в свою очередь предусматривает применение системного подхода, связывающего различные психологические явления в единое целое.

1. Мотивационная сфера личности спортсмена составляет первый блок структуры профессионально важных качеств игрока. По определению С.Л. Рубинштейна, любую деятельность определяют мотивы как динамические тенденции, причем в игре мотив перемещается на саму деятельность. Поэтому выявление мотивации является первоочередной задачей исследования. Она определяется как блок мотивов достижения высоких спортивных результатов. Он включает в себя такие структурные элементы, как интерес к игре, уровень притязаний, стремление к лидерству.

2. Второй основной блок структуры профессионально важных качеств образуют составляющие интеллекта спортсмена-игрока. В спортивных играх интеллект спортсмена приобретает решающее значение для успеха в состязаниях. Интеллектуальный блок в структуре профессионально важных качеств спортсмена-игрока определяется нами как сфера оперативного интеллекта, т. к. мыслительные способности в данном случае реализуются непосредственно в процессе игровой деятельности.

3. Третий блок образуют составляющие эмоциональной устойчивости, которая выступает как способность к сохранению профессиональной работоспособности в условиях эмоциогенных воздействий. Ее роль в успешности спортивной деятельности в условиях соревнований, по мнению спортивных психологов и педагогов, является решающей. Характеристика эмоциональной устойчивости включает следующие аспекты: моторная, сенсорная, интеллектуальная. На основании выявленной структуры профессионально важных качеств спортсмена-игрока нами составлена психогамма его деятельности на примере настольного тенниса.

Мотивация достижения. Для ее измерения использовались: шкала мотивации Маслоу, шкала лидерства (Леевик, Серова), цветовой тест Люшера (8-цветный). При сравнении трех групп спортсменов различной квалификации (новичок, КМС, МС) выявлено, что наиболее высокий уровень мотивации достижения обнаружен у группы мастеров спорта. У КМС он несколько понижается, что соответствует закону Йеркса-Додсона.

Оперативный интеллект. Сенсорный аспект изучался с помощью электрорефлексометра, теппинг-теста, оценки величины пространственных отрезков. Игроки в настольный теннис показывают высокий уровень простой реакции ($x = 0,228 \pm 0,004$), сложной реакции ($x = 0,271 \pm 0,14$), а также высокий уровень быстроты движений и точности усилий. Высокий уровень сенсомоторики обеспечивается подвижностью и лабильностью нервной системы теннисистов. Перцептивный аспект интеллекта изучался с помощью черно-красных таблиц, колец Ландольта, хронометрирования игровой деятельности. Выявлено, что на перцептивные процессы теннисист в игре в среднем затрачивает 0,3–0,4 секунды, что требует высокой скорости переработки информации. Тесты подтвердили высокий уровень переработки информации у игроков в настольный теннис. Мнемический компонент интеллекта изучался с применением тестов «слова», «числа», «фигуры». У игроков в настольный теннис особенно развита зрительная память. Из 9 фигур, предъявляемых в течение 30 секунд, запоминание в среднем $8,53 \pm 0,13$ фигуры. Мыслительный компонент, или интеллект в узком смысле, изучался по тестам Кеттелла, Равенна. Теннисисты показали общий интеллект выше среднего уровня (по шкале Равенна – $108,1 \pm 4,1$ балла), что соответствует оценке «нормальный, высокий, средний интеллект». Результаты наших исследований согласуются с данными других авторов [1–12].

Эмоциональная устойчивость оценивалась по тестам Кеттелла и Люшера. Установлено, что эмоциональная устойчивость у игроков в настольный теннис находится на низком уровне, что не соответствует требованиям, предъявляемым к профессиональным качествам.

Объективные показатели соревновательной деятельности дают представление об эффективности отдельных технико-тактических действий теннисистов. Однако в условиях напряженной соревновательной борьбы этот фактор будет во многом зависеть от личностных особенностей

спортсменов, которые проявляются опосредованно через механизмы психической регуляции соревновательной деятельности.

По нашему мнению, подтвержденному эмпирическими исследованиями, игра в настольный теннис предъявляет ряд существенных требований к личности спортсмена – высокий моральный уровень, чувство долга – факторы, которые характеризуют взаимосвязь мотивации достижения с деловой мотивацией, непосредственно соединяют волевые качества с мотивами деятельности – склонность к соперничеству, ориентированность на успех с высокой самооценкой обусловлены тем, что реализация принципа активной игры как определяющая черта эффективности теннисиста делает необходимыми высокий уровень состязательности, постоянный поиск путей захвата инициативы, создание конфликтной ситуации с неременной ориентацией на успех. Лидерство, доминанция – волевое и коммуникативное качество, формирование которого концентрированно отражает современные тенденции развития настольного тенниса, требующие проявления активности, инициативы, настойчивости, уверенности в себе, а также самостоятельности и непреклонной решимости в борьбе с соперником любого ранга.

Вышеперечисленные особенности личности спортсменов определяют высокую активность теннисистов, их стремление к захвату инициативы, ориентацию на успех деятельности с высокой самооценкой, доминирование в тактическом и психологическом отношениях, что необходимо для эффективного завершения конкретной ситуации единоборства.

Наряду с отмеченными положительными деятельностьюными особенностями высококвалифицированных теннисистов наши исследования указывают и на отрицательные стороны их деятельности, которые являются результатом влияния определенных особенностей личности. Экспрессивность, излишнее беспокойство негативно сказываются на динамике результативности технико-тактических действий, активности, стабильности игры. Наличие у спортсменов таких особенностей личности, как нерешительность, неуверенность в себе, часто предопределяют неоправданную потерю инициативы, неспособность в экстремальной ситуации играть оригинально, эффективно воплощать тактические замыслы.

Нами рассмотрен через эмпирические исследования механизм психической регуляции эффективных спортсменов в условиях, моделирующих соревновательную деятельность, а также в тренировочной и соревновательной деятельности, что позволяет утверждать:

- спортсменам, деятельность которых эффективна, присущ реализм, проявленный в процессе постановки перспективной цели с адекватной социальной нормой характера;

- эффективные спортсмены способны гибко изменять уровень цели, если последняя не реализуется, что свидетельствует о выраженном в процессе игровой деятельности качестве быстро перестраивать тактику спортивной борьбы в случае ее несоответствия конкретным задачам единоборства и как следствие – низкой эффективности. Это проявляется, в частности, в том, что так называемый «показатель настойчивости» оказывается относительно невысоким;

- самооценка спортсменом состояния готовности к решению трудных двигательных задач характеризуется высокой критичностью. Завышенные самооценки готовности неблагоприятно влияют на эффективность деятельности.

Вышеназванные аспекты психической регуляции деятельности обеспечивают проявление спортсменами выраженной способности к мобилизации психомоторных функций в наиболее трудных, экстремальных условиях. Спортсменов с эффективным протеканием деятельности отличает умение целесообразно управлять динамикой спортивной формы по мере приближения к главному соревнованию сезона.

Можно утверждать, что на современном этапе развития настольного тенниса ведущим компонентом спортивного мастерства становится психолого-педагогическая подготовленность спортсмена, понимаемая нами как комплексное воспитание и формирование спортсмена-теннисиста, обладающего необходимыми качествами бойца, способного успешно преодолевать внешние и внутренние трудности на пути к победе.

Результаты нашего эмпирического исследования показали, что игра в настольный теннис предъявляет ряд существенных требований к личности теннисиста. Все эти требования рассматриваются с разных сторон, раскрывающих системный подход к структуре профессионально важных качеств высококвалифицированного теннисиста.

Первый блок затрагивает мотивационную сферу теннисиста, в связи с этим необходимо наличие таких черт, как высокий моральный уровень, чувство долга, стремление к лидерству, интерес к игре, ориентированность на успех с высокой самооценкой.

Второй блок затрагивает составляющие интеллекта теннисиста. Интеллектуальный блок определяется как сфера оперативного интеллекта; теннисисты обладают общим интеллектом выше среднего уровня, что соответствует оценке «нормальный,

высокий, средний интеллект». Требование к теннисисту выражается в наличии таких качеств, как проницательность, гибкий, точный ум.

Конструкт интеллектуального блока:

– теоретическая подготовка создает сознательное, а не механическое подражание (отношение) к освоению приемов;

– игровой интеллект – сенсомоторный и перцептивный компоненты характеризуют способность игрока к быстрому реагированию, наличию творческого нестандартного мышления, прогнозированию–предугадыванию, выбору и реализации решений;

– кинестетическая чувствительность, лежащая, в том числе с проприоцептивной чувствительностью, в основе так называемого «чувства мяча и ракетки», – важнейший фактор точности движений, которые являются сплавом природных задатков и приобретенного опыта; способность точно дозировать мышечное напряжение и быстро реагировать на зрительные сигналы при сознательном совершении движений.

Третий блок образуют составляющие эмоциональной устойчивости. Требования к личности: эмоционально-волевое качество, экстраверсия, контактность, общительность. Коллегиальность, приверженность интересам, ценностям и идеалам спортивного коллектива важны в настольном теннисе как в командно-индивидуальном виде спорта.

Конструкт эмоционального блока:

– сильная и уравновешенная нервная система, являющаяся физиологической основой эмоциональной устойчивости (типологические особенности нервной системы, психомоторные качества);

– морфологические признаки: длина тела, длина рук, ног, стопы, кисти; масса тела;

– функциональные возможности: состояние ЦНС, зрительного и двигательного анализаторов, нервно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма;

– волевые качества (решительность, настойчивость, целеустремленность);

– эмоциональная устойчивость (моторная, сенсорная), высокая интенсивность концентрации внимания; способность удерживать ее на высоком уровне во время всего матча.

Эмоциональная устойчивость как способность противостоять психическим сбивающим факторам соревнований (моторная), способность «видеть» в сложной игровой ситуации (сенсорная), интеллектуальная – умение навя-

зывать свою тактику при жестком противодействии соперника.

Оптимальное модельное состояние теннисиста характеризуется следующими проявлениями: уверенностью в своих силах, энергичностью, хладнокровием, оптимизмом, раскрепощенностью, обостренностью всех чувств, автоматизмом действий, концентрацией внимания, эмоциональным контролем.

Заключение. Таким образом, наше исследование подтверждает, что имеются разные благоприятные и неблагоприятные психические состояния, которые испытывает спортсмен в соревновательной деятельности, но почти все работы, имеющиеся в нашем распоряжении, не дают конкретных указаний и советов о том, как устранять влияние неблагоприятных эмоциональных переживаний на ход соревновательной борьбы.

В настоящее время признанного концептуального понимания проблемы профессиональной модели спортсмена-игрока не сформировано, что позволяет говорить об актуальности проведения эмпирических исследований в области профессиографии. Наличие психологической модели позволит спроектировать тот оптимальный комплекс профессионально важных качеств, который обеспечит постоянный профессиональный рост спортсмена и позволит ему добиться успехов в спортивной карьере.

ЛИТЕРАТУРА

1. Байгулов, Ю.П. Настольный теннис. Вчера, сегодня, завтра / Ю.П. Байгулов. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 86 с.
2. Барчукова, Г.В. Анализ соревновательной деятельности в настольном теннисе / Г.В. Барчукова // Теория и практика физической культуры. – 1982. – № 5. – С. 18–21.
3. Барчукова, Г.В. Ключ к успеху / Г.В. Барчукова, Г. Захаров // Спортивные игры. – 1985. – № 11. – С. 27.
4. Белиц-Гейман, С.П. Анализ и оценка соревновательной деятельности теннисиста / С.П. Белиц-Гейман // Теннис: сборник. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – С. 5–8.
5. Ильин, Е.П. Теория функциональных систем в физиологии и психологии / Е.П. Ильин. – М.: Наука, 1978. – 212 с.
6. Маришук, В.Л. Информационные аспекты управления спортсменом / В.Л. Маришук, Л.К. Серова. – М., 1983. – 68 с.
7. Матыцин, О.В. Подготовка высококвалифицированных спортсменов в настольном теннисе с учетом индивидуальных психологических особенностей личности и деятельности: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.В. Матыцин. – М., 1990. – 145 л.
8. Ормаи, Л. Современный настольный теннис: пер. с венг. / Л. Ормаи; предисл. Л.С. Макарова. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 175 с.
9. Плахтиенко, В.А. Надежность в спорте / В.А. Плахтиенко, Ю.М. Блудов. – Минск: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
10. Психология спорта: хрестоматия / сост.-ред. А.Е. Тарас. – М.: АСТ; Минск: Харвест, 2005. – 352 с.
11. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта: учеб. для вузов / А.В. Родионов. – М.: Академический проект: Фонд «Мир», 2004. – 576 с.
12. Серова, Л.К. Психограмма личности спортсмена-игровика / Л.К. Серова // Вестник БПА. – 1996. – Вып. 6. – С. 67–70.

Поступила в редакцию 26.04.2012. Принята в печать 14.06.2012

Адрес для корреспонденции: 210032, г. Витебск, ул. Чкалова, д. 28, корп. 1, кв. 88 – Железнов А.В.

