

Секция «Актуальные проблемы психологии спорта и здорового образа жизни»

Темперамент как фактор достижения успехов спортсменов тхэквондо

Научный руководитель – Смирнова Светлана Александровна

Григорьева Евгения Александровна

Студент (бакалавр)

Волжский гуманитарный институт (филиал) Волгоградский государственный университет, Волжский, Россия

E-mail: evg13322@mail.ru

Мы живём в век высоких технологий, электроники, сверхсложного оборудования. Современному человеку всё реже приходится заниматься физическим трудом. При этом активнее становится интерес к возможностям человеческого тела. Вот почему при выборе спортивных занятий молодые люди останавливаются на восточных единоборствах.

Тхэквондо' — корейское боевое искусство. Занятия тхэквондо включают в себя как отработку техники работы ногами и руками (совершенствование тела), так и освоение/принятие его философской системы (духовное развитие), что несомненно способствует разностороннему развитию и гармонизации личности [n1]

На успешность тренировочного процесса может влиять множество факторов, как внешних, так и внутренних. К внутренним факторам можно отнести: индивидуально-психологические особенности личности; сочетание природных свойств высшей нервной деятельности; временные психические состояния; уровень эмоциональной подготовленности к нагрузкам; мотивация личности; и т. д. К внешним: совместная деятельность тренера и спортсменов; индивидуальный подход к каждому ученику и многое другое [n1, n2].

Влияние темперамента, внимания и стремления к успеху на результативность деятельности спортсменов изучалось с различных позиций многими авторами.

Так, проблемой психофизиологических показателей спортсменов на различных этапах подготовки занималась И.А. Чарыкова. В ее исследованиях было выявлено, что наилучшие показатели концентрации и устойчивости внимания на всех этапах подготовки были выявлены именно у тхэквондистов [n4].

Гаврилович А.А. изучал особенности темперамента и специфику проявления психических состояний у спортсменов различных специализаций (спортивные единоборства, плавание, спортивная аэробика). Спортсменам восточных единоборств наиболее присущи черты холерического и сангвинического типов темперамента, определяемые сильным типом нервной деятельности [n3].

Роль мотивации в формировании личности спортсмена тхэквондо изучала Бурьева О.П. Согласно результатам её исследования юным спортсменам присуща как мотивация на успех, являющейся позитивной, так и мотивация к избеганию неудач, относимая авторами к негативной [n2].

Цель исследования: изучение влияния свойств темперамента на успешность деятельности спортсменов тхэквондо. Гипотеза: мы предполагаем, что на достижение успехов спортсменов тхэквондо оказывают влияние такие свойства темперамента, как эргичность, пластичность и темп.

Для достижения поставленной цели и подтверждения гипотезы мы поставили задачу организовать и провести исследование спортсменов тхэквондо

Для решения поставленной задачи были использованы следующие методики:

Опросник выявления структуры темперамента В.М. Русалова. Диагностика мотивации достижения А. Мехрабиана. Определение продуктивности и устойчивости внимания с помощью колец Ландольта.

Выборку составили: Экспериментальная группа: 32 спортсмена тхэквондо спортивного клуба (СК) «Сонмин». Контрольная группа: студенты ВФ ВолГУ в количестве 30 человек.

Результаты исследования свойств темперамента, стремления к успеху и внимания, а также анализ полученных результатов с помощью t-критерия Стьюдента следующие:

1. Темперамент + стремление к успеху: абсолютно все свойства темперамента (по Русалову: эргичность, пластичность, темп, эмоциональность) тесно взаимосвязаны и влияют не только друг на друга, но и на показатели стремления к успеху, то есть находятся в зоне значимости (от 27.5 до 41.1 (по t-критерию Стьюдента)). Особенно высокими являются показатели эргичности, пластичности и темпа. Также следует отметить, что ни один из показателей свойств темперамента не находится ниже зоны значимости.

2. Темперамент + внимание: сравнивая эти показатели, нет полной уверенности в какой-либо закономерной связи определенных свойств темперамента с параметрами внимания (продуктивностью, темпом и объемом). При этом мы можем видеть, что менее всего с вниманием связано такое свойство темперамента, как эмоциональность. Также мала связь темпа внимания со свойствами темперамента.

3. Внимание + стремление к успеху: при сравнении этих двух критериев можно сказать о том, что на стремление к успеху влияет продуктивность и темп внимания (по t-критерию Стьюдента зона значимости от 3.2 до 43). Тем не менее данная связь имеет очень большой размах значений. При этом объем внимания совершенно не влияет на стремление к успеху и находится в зоне незначимости (от 0.1 до 0.6).

Вывод: Таким образом, сравнивая результаты t-критерия Стьюдента по трем группам спортсменов (по возрасту, стажу занятий и мастерству (по поясам)), можно утверждать, что развитие происходит поэтапно, по мере становления спортсмена. Результаты группы спортсменов, распределенных по мастерству (по поясам), говорят о том, что все показатели (темперамент, стремление к успеху и внимание) тесно взаимосвязаны и дополняют друг друга (т.е. находятся в зоне значимости), в то время как наиболее рассогласованные показатели спортсменов по возрасту. Это ещё раз подтверждает, что личность спортсмена развивается постепенно на каждом этапе спортивного мастерства, поднимаясь на более высокий уровень. Следовательно, можно говорить о базовой роли свойств темперамента (эргичность, пластичность, темп, эмоциональность) и стремления к успеху в формировании мастерства спортсменов тхэквондо.

Источники и литература

- 1) Белоглазов А.С. Занятие тхэквондо как фактор развития и гармонизации личности спортсмена // Философско-психологические аспекты восточных единоборств : материалы Всерос. науч.-практ. конф. (Хабаровск, Уссурийск, Владивосток, 15–19 мая 2013 г.) / под ред. О.А. Рудецкого. – Хабаровск : Изд-во ДВГУПС, 2013. – 179 с. : ил. ISBN 978-5-262-00700-4
- 2) Бурьева О.П. Роль мотивации в формировании личности спортсмена тхэквондо // Философско-психологические аспекты восточных единоборств : материалы Всерос. науч.-практ. конф. (Хабаровск, Уссурийск, Владивосток, 15–19 мая 2013 г.) / под ред. О.А. Рудецкого. – Хабаровск : Изд-во ДВГУПС, 2013. – 179 с. : ил. ISBN 978-5-262-00700-4
- 3) Гаврилович А. А. Особенности темперамента и специфика проявления психических состояний у спортсменов различных специализаций // Общество: социология, психология, педагогика. - 2013. - № 3.- С. 50-54.
- 4) Чарыкова И. А. Динамика психофизиологических показателей спортсменов на разных этапах подготовки / И. А. Чарыкова // Военная медицина. - 2009. - №3.-С.133-136.

Иллюстрации

▲	A	B	C	D
1	Таблица 1 Показатели спортсменов по возрастам			
2	Т-критерий Стьюдента		tЭмп	
3	Темперамент+СКУ			
4	Э+СКУ		31.8	Зона значимости
5	Эс+СКУ		30.6	Зона значимости
6	П+СКУ		32.6	Зона значимости
7	Пс+СКУ		27.5	Зона значимости
8	Т+СКУ		33.7	Зона значимости
9	Тс+СКУ		28.2	Зона значимости
10	ЭМ+СКУ		27.8	Зона значимости
11	Эмс+СКУ		30.5	Зона значимости
12	Темперамент+Внимание			
13	Э+Пр		3.4	Зона неопределенности
14	Э+Т		1.8	Зона незначимости
15	Э+О		9.7	Зона значимости
16	Эс+Пр		16.4	Зона значимости
17	Эс+Т		12.8	Зона значимости
18	Эс+О		9.3	Зона значимости
19	П+Пр		21.2	Зона значимости
20	П+Т		13.5	Зона значимости
21	П+О		9.4	Зона значимости
22	Пс+Пр		4.4	Зона неопределенности
23	Пс+Т		3	Зона незначимости
24	Пс+О		9.9	Зона значимости
25	Т+Пр		23	Зона значимости
26	Т+Т		7.2	Зона значимости
27	Т+О		9	Зона значимости
28	Тс+Пр		6.8	Зона значимости
29	Тс+Т		3.8	Зона неопределенности
30	Тс+О		9.2	Зона значимости
31	ЭМ+Пр		2.3	Зона незначимости
32	ЭМ+Т		1	Зона незначимости
33	ЭМ+О		9.6	Зона значимости
34	Эмс+Пр		2.6	Зона незначимости
35	Эмс+Т		1.1	Зона незначимости
36	Эмс+О		9.6	Зона значимости
37	СКУ+Внимание			
38	СКУ+Пр		33.7	Зона значимости
39	СКУ+Т		3.2	Зона значимости
40	СКУ+О		0.5	Зона незначимости

Рис. 1. Таблица 1 Показатели спортсменов по возрастам

	Н	І	Ј	К
1	Таблица 2 Показатели спортсменов по стажу занятий			
2	Т-критерий Стьюдента		tЭмп	
3	Темперамент+СКУ			
4	Э+СКУ		38.1	Зона значимости
5	Эс+СКУ		36.2	Зона значимости
6	П+СКУ		35.7	Зона значимости
7	Пс+СКУ		38.4	Зона значимости
8	Т+СКУ		40.7	Зона значимости
9	Тс+СКУ		35.2	Зона значимости
10	ЭМ+СКУ		37.2	Зона значимости
11	Эмс+СКУ		34	Зона значимости
12	Темперамент+Внимание			
13	Э+Пр		5.3	Зона значимости
14	Э+Т		3.4	Зона неопределенности
15	Э+О		9.4	Зона значимости
16	Эс+Пр		10.7	Зона значимости
17	Эс+Т		6.3	Зона значимости
18	Эс=О		9	Зона значимости
19	П+Пр		4.4	Зона неопределенности
20	П+Т		1.1	Зона незначимости
21	П+О		8.6	Зона значимости
22	Пс+Пр		5.3	Зона значимости
23	Пс+Т		3.2	Зона неопределенности
24	Пс+О		9.4	Зона значимости
25	Т+Пр		14.9	Зона значимости
26	Т+Т		8.7	Зона значимости
27	Т+О		9.1	Зона значимости
28	Тс+Пр		8	Зона значимости
29	Тс+Т		3	Зона неопределенности
30	Тс+О		8.7	Зона значимости
31	ЭМ+Пр		4.7	Зона значимости
32	ЭМ+Т		2.9	Зона неопределенности
33	ЭМ+О		9.4	Зона значимости
34	Эмс+Пр		5.4	Зона значимости
35	Эмс+Т		2.2	Зона незначимости
36	Эмс+О		9	Зона значимости
37	СКУ+Внимание			
38	СКУ+Пр		41.5	Зона значимости
39	СКУ+Т		43	Зона значимости
40	СКУ+О		0.5	Зона незначимости

Рис. 2. Таблица 2 Показатели спортсменов по стажу занятий

▲	О	Р	Q	R
1	Таблица 3 Показатели спортсменов по поясам			
2	Т-критерий Стьюдента		tЭмп	
3	Темперамент+СКУ			
4	Э+СКУ		37.1	Зона значимости
5	Эс+СКУ		41.1	Зона значимости
6	П+СКУ		35.4	Зона значимости
7	Пс+СКУ		35	Зона значимости
8	Т+СКУ		40.2	Зона значимости
9	Тс+СКУ		39.1	Зона значимости
10	ЭМ+СКУ		37.1	Зона значимости
11	Эмс+СКУ		34.8	Зона значимости
12	Темперамент+Внимание			
13	Э+Пр		6.4	Зона значимости
14	Э+Т		2.9	Зона неопределенности
15	Э+О		15.6	Зона значимости
16	Эс+Пр		8.2	Зона значимости
17	Эс+Т		4.7	Зона значимости
18	Эс+О		15.5	Зона значимости
19	П+Пр		10.2	Зона значимости
20	П+Т		5.3	Зона значимости
21	П+О		15.4	Зона значимости
22	Пс+Пр		6.5	Зона значимости
23	Пс+Т		3.3	Зона значимости
24	Пс+О		15.3	Зона значимости
25	Т+Пр		11.5	Зона значимости
26	Т+Т		5.8	Зона значимости
27	Т+О		15	Зона значимости
28	Тс+Пр		6.7	Зона значимости
29	Тс+Т		3.6	Зона значимости
30	Тс+О		14.7	Зона значимости
31	ЭМ+Пр		4.1	Зона значимости
32	ЭМ+Т		1.7	Зона незначимости
33	ЭМ+О		15.8	Зона значимости
34	Эмс+Пр		4.7	Зона значимости
35	Эмс+Т		2.3	Зона неопределенности
36	Эмс+О		15.2	Зона значимости
37	СКУ+Внимание			
38	СКУ+Пр		38	Зона значимости
39	СКУ+Т		36.3	Зона значимости
40	СКУ+О		0.1	Зона незначимости

Рис. 3. Таблица 3 Показатели спортсменов по поясам