



# ИННОВАЦИОННЫЙ МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГАНДБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ



*Игнатьева В.Я. – д.п.н., профессор, ЗРФК, РГУФКСМиТ*



*Балькина-Милушкина Т.В. – преподаватель кафедры теории и методики педагогики РГУФКСМиТ*

*Балыкин А.И. – соискатель кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности РГУФКСМиТ*

**Ключевые слова:** психосемантическая диагностика, проблемные зоны спортивной деятельности, высшее мастерство.

**Key words:** sport motivation, extrinsic motivation, intrinsic motivation, amotivation, psychological diagnostic for sports.

**Резюме.** Спорт является деятельностью, направленной на максимальное удовлетворение интереса к определенному виду спорта, для достижения высоких спортивных результатов на соревнованиях. Качество управления подготовкой гандболисток высокой квалификации к соревновательной деятельности в значительной степени зависит от своевременного объективного контроля. В статье приводится исследование, направленное на выявление проблемных зон в спортивной деятельности гандболисток высокой квалификации с использованием биологической обратной связи.

**Summary.** Sport is an activity aimed at the maximum satisfaction of interest to a particular kind of sport, for the achievement of high sports results at competitions. The quality of the management the preparation of handballers of high qualification in large part to the timely objective control of the content of competitive activity. Therefore, the identification of the problem areas of the sports activities of the гандболисток of high qualification with the use of BIOFEEDBACK techniques relevant.

## **Актуальность.**

Спортивной является деятельность, направленная на максимальное удовлетворение интереса к определенному виду спорта, на достижение высоких спортивных результатов на соревнованиях. Качество управления подготовкой гандболисток высокой квалификации в значительной мере обусловлено своевременным объективным контролем содержания соревновательной деятельности, физического и психологического состояния спортсменок для коррекции учебно-тренировочного процесса [1].

**Целью исследования** стало выявление проблемных зон спортивной деятельности у гандболисток высокой квалификации с использованием методики БОС, разработанной авторами этой статьи.

## **Методика.**

Между эмоциями и физиологическими сдвигами организма существует взаимосвязь, кожно-гальваническая реакция является индикатором психологического состояния человека, реагируя на физические и психофизиологические изменения в организме человека. Кожно-гальваническая реакция (КГР) - одна из разновидностей электродермальной

активности кожи, показатель ее электропроводности. Ее показатели имеют фазическую и тоническую формы. Реакция КГР показывает интенсивность осознанных переживаний, психологическую значимость внешнего воздействия и приоткрывает понимание неосознаваемых процессов. Аппаратно-программное устройство выводит на экран компьютера регистрируемые величины тонических составляющих и амплитудные показания фазических компонентов КГР спортсмена на семантические раздражители в виде хорошо читаемых схем и рисунков.

Устройство измеряет сопротивление от 0 до бесконечности, используя определенные зондирующие токи. Преобразование единиц сопротивления в единицы шкалы ПТ производится программным обеспечением устройства по регистрации психоэмоционального состояния человека в соответствии со следующей математической формулой:  $ПТ=10/(R1/R2+1)$ , где  $R1 = 19.34\text{кОм}$  - опорное сопротивление измерительной цепи устройства;  $R2$  = измеряемая величина сопротивления от 0 до бесконечности.

Для определения проблемной зоны в качестве раздражителя использовали смысловые вербальные стимулы в режиме интервьюирования. В содержании вида спорта было выделено семь областей семантических понятий, описывающих спортивную деятельность гандболисток: учебно-тренировочная и соревновательная деятельность, игровые зоны, амплуа, зоны бросков, броски, тактико-комбинаторные действия и зрительное восприятие. В каждом семанти-

ческом понятии были созданы информационные шаблоны - интервью.

#### Организация исследования.

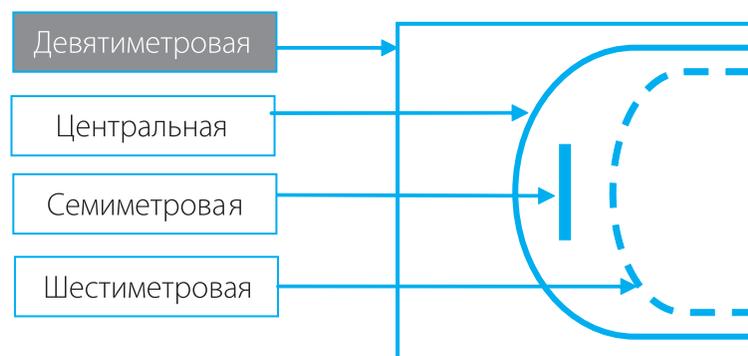
В исследовании приняли участие гандболистки сборной команды России: ЗМС, МСМК и МС. Исследования проводились комплексной научной группой подготовки женской сборной команды России по гандболу, в составе которой были разработчики уникальной диагностики – авторы данной статьи Т.В. Балыкина-Милушкина и А.И. Балыкин [2,3].

Руководство исследованием во время учебно-тренировочных сборов подготовки команды к чемпионату Европы в 2006 году (3 место), чемпионатам Мира в 2005 и 2007(стали чемпионками), Олимпийским играм 2008 (2 место) осуществляла тренер по научному обеспечению подготовки женской национальной команды России профессор В.Я. Игнатъева.

#### Результаты исследования.

Используя данную методику диагностики постепенно по всем областям, описывающим спортивную деятельность в гандболе, составили психологические профили гандболисток. Не все спортсменки имели выраженные проблемные зоны в своей деятельности. Поэтому работа велась индивидуально с каждой спортсменкой, и всегда интимно.

К примеру, у гандболистки выявилась проблемная девятиметровая зона, блокирующая успешную технико-тактическую ее деятельность, отмеченная на рисунке 1 серым цветом.

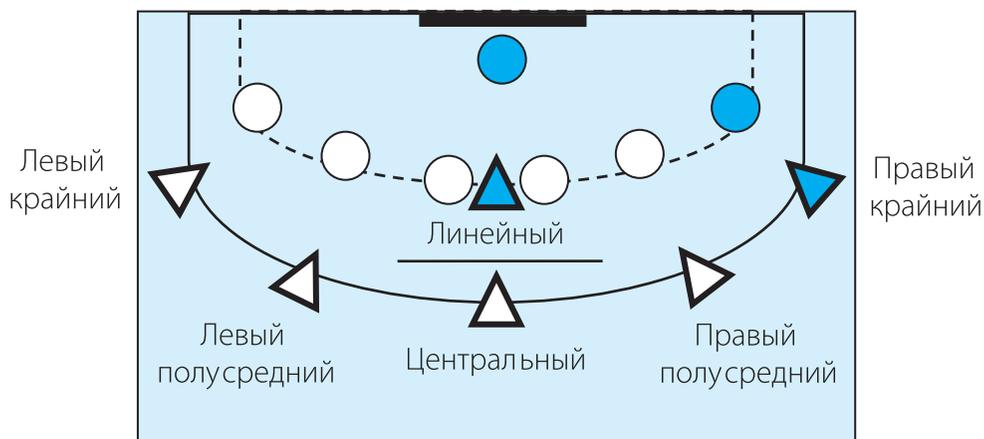


**Рис.1** Ресурс в освоении игровых зон у гандболистки.

Интерпретировать полученный результат можно таким образом, что спортсменка, каждый раз, попадая в данную зону, испытывает сильное эмоциональное напряжение и допускает ошибки в игровой деятельности. Следовательно, необходима психологическая помощь в освоении этой зоны. Прежде всего, необходимо выяснить причину и с помощью специальных заданий ее ликвидировать.

Диагностика положения на площадке в зоне

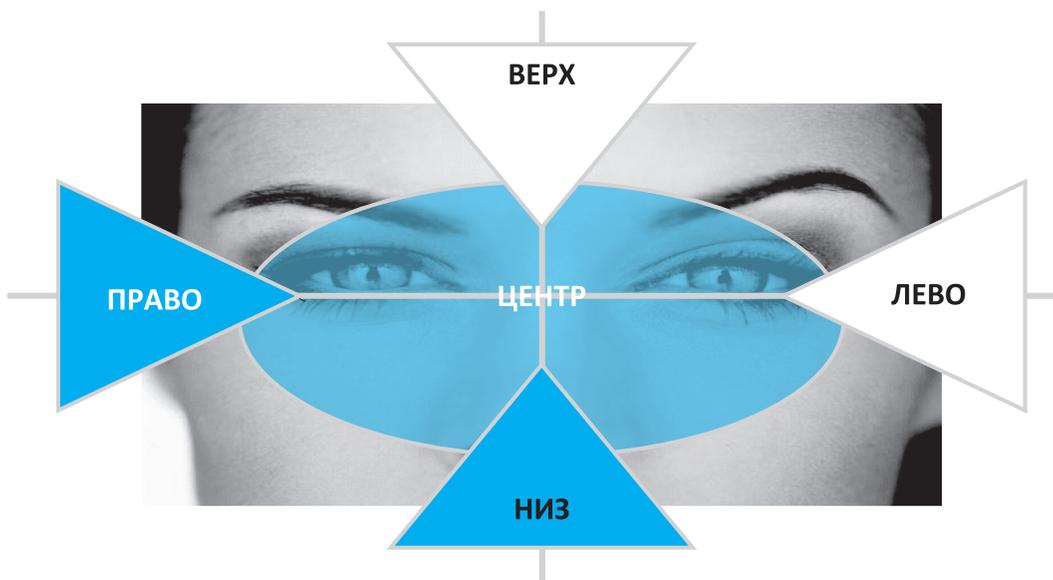
правой полусредней показала, что гандболистка испытывает большое напряжение при взаимодействии с правым крайним и линейным нападающими (рис.2). У нее неуверенность в исходе единоборства с вратарем и крайним защитником. Получается, что у нее проблемной является основная зона ее игровой деятельности. Отсюда и срывы у можно сказать основного игрока команды.



**Рис.2** Ресурс взаимодействия на площадке у гандболистки.

Были проанализированы другие факторы, которые могли сказаться на таком странном беспокойстве в поведении игрока. Обратили внимание на показатели ресурса зрительного восприятия (рис.3) и обнаружили четкое соответствие недостатков в восприятии пространства и неуверенности спор-

тсменки по отношению своих главных партнеров. Здесь трудно поправить зрительное восприятие мастера, скорее необходима перестройка тактических взаимодействий в этой зоне игрового пространства.



**Рис. 3** Ресурс зрительного восприятия гандболистки.

**Выводы.**

В процессе диагностики при воздействии семантическим раздражителем выявляется проблемная зона - доминирующий фактор, влияющий на психоэмоциональную дезадаптацию в ее учебно-

тренировочной и соревновательной деятельности. В процессе исследования подтвердилось практическое значение разработанной авторами методики диагностики проблемных зон для определения психоэмоциональной напряженности гандболисток.



### Литература

1. Игнатъева В.Я. Формирование гандбольной команды с учетом личностных качеств игроков / В.Я. Игнатъева // Спортивный психолог. – 2010. -№1(19).
2. Пат. 107482 Российская Федерация, МКП А61М 21/00. Устройство для оценки психоэмоционального состояния человека / С.М.Качнов, А.И.Балыкин, Т.В.Балыкина-Милушкина; заявитель и патентообладатель ООО АРС «Гармония». – № 2011102973/14; заявл. 21.01.11, опубл. 28.08.11, Бюл. № 23.
3. Пат. 2373965 Российская Федерация, МКП А61М 21/00, А61В 5/05. Способ гармонизации психоэмоционального состояния человека / А.И.Балыкин, Т.В.Балыкина-Милушкина, П.В.Невзоров, С.М.Качнов; заявитель и патентообладатель ООО АРС «Гармония». – № 2008117272/14; заявл. 05.05.08, опубл. 27.11.09, Бюл. № 33.