

УДК 159.923:793.38

ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ТАНЦОРОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫМИ БАЛЬНЫМИ ТАНЦАМИ

SELF-ASSESSMENT OF BALLROOM DANCERS



Малецкая Виктория Викторовна – магистрант программы «Организационная психология» факультета психологии Санкт-Петербургского государственного университета, Санкт-Петербург, Россия, viktoriyamaleckaya@yandex.ru.

Maletskaya Victoria – master student, program «Organizational Psychology», the Faculty of

Psychology of St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, viktoriyamaleckaya@yandex.ru.

Ключевые слова: самооценка танцоров, профессионально важные качества спортсменов.

Аннотация. В данной статье приведены данные исследования, проведенного на спортсменах-танцорах разного уровня танцевания. В ходе опроса были выявлены специфические для этого спорта качества на основе самооценок, найдены различия в зависимости от пола и уровня мастерства.

Keywords: self-assessment, ballroom dancer, DanceSport.

Abstract. The study involved 155 Ballroom dancers from 18 to 35 years old with experience of training from 2 to 22 years. We research self-assessment of professionally important qualities of the dancers. Results: The girls are highly appreciate their artistry and ability to get into character, emotionality and responsibility. High level dancers highly appreciate their ability to interact with their partner.

Актуальность исследования. Развитие современного спорта требует от спортсмена все большего внимания к его психологической подготовке. Довольно часто самооценку используют как диагностический метод, оценивая различные показатели. Существует достаточное количество исследований, целью которых было изучение связей различных показателей спортсменов, их успешности и самооценки [6, 7, 8, 13]. Знания в области самооценки спортсменов имеют высокую практическую значимость, в частности для спортивной психологии. Многие специалисты отмечают, что очень важно формировать у спортсмена уверенность в себе. Однако, данные исследования в большинстве своем не затрагивают спортсменов, занимающихся спортивными бальными танцами. Для нас остается неизвестным, какие именно профессионально важные качества спортсмены считают наиболее значимыми, имеются ли различия у мужчин и женщин, есть ли разница в

составе этих качеств у танцоров высокого класса и у тех, кто сравнительно недавно начал свою танцевальную карьеру.

Цель исследования: изучить самооценку профессионально важных качеств у танцоров.

Организация исследования. Данное исследование было проведено в несколько этапов:

1-й этап. Проведен анализ теоретических данных по проблеме профессионально важных качествах спортсмена, определение цели и задач исследования;

2-ой этап. Разработка «Шкалы самооценки профессионально важных качеств танцоров». Проведение исследования в формате Google форм и размещение ссылок в официальных сообществах двух основных федераций спортивного бального танца (<http://rdu.ru> и <http://dancesport.ru>)

3-й этап. Проведение математической обработки эмпирических данных и интерпретация полученных результатов;

4-й этап. Оформление текста, подготовка иллюстраций: таблиц и рисунков, обобщение полученных данных, формулирование выводов и заключения.

Испытуемые. Участниками исследования были спортсмены-танцоры, всего 155 человек (53 мужчины и 102 женщины) в возрасте от 18 до 35 лет (средний возраст 22,5 года), имеющие класс танцевания от «Е» (начинающие) до «Prof» (профессионалы). Стаж занятий спортсменами составил от 2-х до 22-х лет (средняя продолжительность танцевания 10,2 лет). Танцевальный стаж и уровень танцевания (класс) определялся со слов спортсменов, а также по базам танцевальных федераций и стартовым квалификационным книжкам. Данные были получены посредством заполнения формы Google.

Методы исследования. Для определения самооценки профессионально важных качеств танцоров нами были разработаны «Шкалы самооценки профессионально важных качеств танцоров» на основе шкалы самооценки спортивных способностей [1]. С помощью этой шкалы, где 0 – «абсолютно не развито», а 10 – «максимально возможный уровень развития» была измерена выраженность тех или иных качеств спортсменов.

Результаты исследования. Изучение профессионально значимых качеств танцоров с помощью t-критерия Стьюдента для независимых выборок показало значимые различия в самооценках этих качеств в зависимости от пола (Таблица 1).

Как можно видеть из таблицы, у девушек статистически-достоверно выше самооценка ответственности ($p = 0.010$), эмоциональности ($p = 0.037$), умения войти в образ ($p = 0.010$) и артистизма ($p = 0.046$).

Значимые результаты сравнительного анализа изучаемых показателей по уровню танцевального мастерства для самооценки профессионально значимых качеств танцоров приведен в таблице 2.

Мы наблюдаем очевидные статистически-достоверные различия по уровню танцевального мастерства. Чем выше класс спортсмена, тем выше самооценка эффективности применяемых техник ($p < 0.001$), а также самооценка взаимодействия с партнером ($p = 0.024$).

Так же анализ влияния танцевального стажа на самооценку качеств с помощью множественного регрессионного анализа позволил построить модель, объясняющую 20% дисперсии изучаемого признака (рис. 1). В конечную модель вошли переменные самооценка техники ($\beta = 0.38$, $p < 0.001$) и самооценка целеустремленности ($\beta = 0.16$, $p = 0.047$). Это значит, что в зависимости от танцевального стажа увеличивается самооценка техники, возрастает самооценка целеустремленности.

Обсуждение результатов исследования. Полученные ранее результаты [2, 10, 11] свидетельствуют о том, что для танцоров очень важны такие качества как музыкальность, пластичность, креативность и эмоциональность. Однако, изучение самооценки профессионально значимых качеств спортсменов-танцоров, занимающихся спортивными бальными танцами, показало значимое различие в самооценке качеств в зависимости от пола. Женщины статистически значимо, нежели мужчины, ставят высокие оценки таким своим профессиональным качествам, как артистизм, умение войти в образ, эмоциональность и ответственность. Эту связь можно объяснить тем, что именно партнерши во многом отвечают за образ пары, они должны уметь его

Таблица 1 – Сравнительный анализ самооценок профессионально важных качеств танцоров у девушек и юношей (t-критерий Стьюдента)

Показатель	Пол	Среднее	Стд. отклонение	t	p-уровень значимости
Самооценка ответственности	Девушки	8.97	1.156	2,599	0.010
	Юноши	8.42	1.447		
Самооценка эмоциональности	Девушки	7.74	2.019	2,104	0.037
	Юноши	7.00	2.148		
Самооценка умения войти в образ	Девушки	7.51	2.219	2,608	0.010
	Юноши	6.49	2.470		
Самооценка артистизма	Девушки	7.45	2.142	2,012	0.046
	Юноши	6.68	2.487		

Таблица 2 – Сравнительный анализ показателей самооценки профессионально значимых качеств у танцоров разной квалификации (Н-Краскалла-Уоллеса)

Уровень танцевального мастерства		Среднее	Стд. Отклонение	Н	р-уровень значимости
Самооценка техники	Начинающие	5.81	1.851	17,34	< 0.001
	Продолжающие	6.97	1.607		
	Профессионалы	7.68	1.129		
Самооценка взаимодействия с партнером	Начинающие	7.19	1.887	7,43	0.024
	Продолжающие	7.95	1.637		
	Профессионалы	8.55	1.262		

создавать. Эти критерии оценки очень важны для судей, так как во многом каждый танец – это актерская игра, где партнеры играют свои роли. Несомненно, партнер тоже играет немаловажную роль в создании имиджа и образа пары, но он отвечает больше за техническую составляющую танца, за пространственное расположение пары. Высокую самооценку ответственности партнерш можно объяснить особенностями соревновательного процесса в спортивных бальных танцах. На каждом турнире пара может проходить большое количество этапов, танцуя при этом, в зависимости от уровня, от 4 до 10 танцев. Очень значимо то, что все оценки очень важны, так как результаты по каждому танцу влияют на итоговый результат, пройдет ли пара дальше или нет. При этом есть всего одна попытка, в финале пары танцуют с минимальным перерывом между танцами, а судейство проходит в закрытой форме, поэтому танцоры могут узнать свой результат только после конца всего тура. В таких условиях цена ошибки велика, поэтому спортсменкам помогает высокая ответственность.

Наше исследование подтверждает результаты других экспериментов [4,6,13]. Спортсмены,

обладающие большим танцевальным стажем, имеют более высокий уровень мастерства, что можно объяснить спецификой танцевальных движений в спортивных бальных танцах. Данный вид спорта является сложнокоординационным, отработке каждого движения необходимо уделять много внимания, постоянно оттачивая их исполнение, техника во многом основывается на ощущениях, поэтому просто невозможно за короткий срок овладеть достаточным уровнем танцевания, для этого нужно время.

Данные, полученные в ходе нашего исследования, хорошо согласуются с результатами, полученными ранее [3, 5, 9, 10, 12]. В процессе занятий тем или иным видом спорта, у спортсмена формируется комплекс качеств, которые наиболее необходимы для успешной реализации двигательных задач. Спортивные бальные танцы во многом отличаются от других видов спорта именно тем, что в них невозможно быть спортсменом-одиночкой, что весьма сильно отражается на требованиях, предъявляемых к взаимодействию в паре. С повышением класса танцоры выше оценивают свое

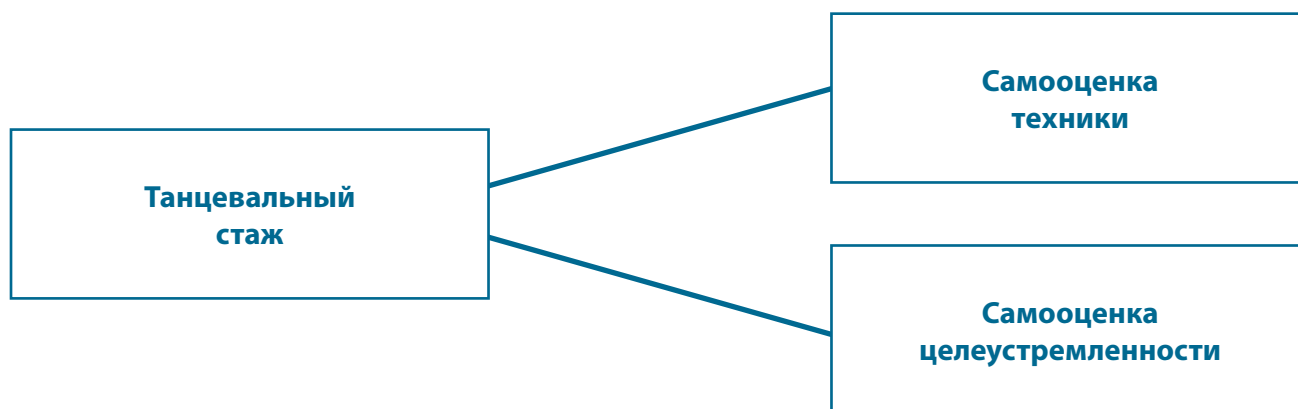


Рисунок 1 – Анализ влияния танцевального стажа на самооценку профессионально важных качеств с помощью множественного регрессионного анализа

умение взаимодействовать с партнером, так как в этом виде спорта невозможно победить одному. На начальных этапах не предъявляются высокие требования к взаимодействию партнеров, с ростом уровня танцевания усложняются исполняемые фигуры, которые могут быть выполнены только при правильном взаимодействии обоих партнеров. Другим фактором, который может влиять на данную закономерность, служит индивидуальный стиль пары, который появляется и высоко оценивается судьями только на высоком уровне танцевания, появляется такой критерий оценки, как «дуэтность». Для начальных же уровней танцевания этот критерий оценивания неприменим. Другой закономерностью, обнаруженной нами, является то, что с увеличением стажа растет самооценка техничности спортсменов. Это можно обосновать тем, что происходит накопление знаний: простые базовые шаги, которые служат основой для сложных движений, переходят на уровень автоматизмов, а значит спортсменам не надо больше их в такой мере контролировать.

Литература:

1. Волков, Д. Н. Самооценка и тренерская оценка способностей успешных и неуспешных спортсменов: автореф. дис. ... канд. психологических наук / Волков Д. Н. – Санкт-Петербург, 2009. – 161 с.
2. Головкин, А. В. Развитие спортивных способностей на занятиях бальными танцами / А. В. Головкин // Среднее профессиональное образование. – 2011. – №4. – С. 24-25.
3. Жаворонкова, И. А. Комплектование пар в спортивных бальных танцах (на примере детей 12-15 лет): дисс. ... канд. пед. наук / И. А. Жаворонкова. – Белгород, 2006. – 151 с.
4. Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2010. – 232 с.
5. Конопкин, О. А. Стилевые особенности саморегуляции деятельности / О. А. Конопкин, В. И. Моросанова // Вопросы психологии. – 1989. – №5. – С. 18-26.
6. Курилкин, А. И. Самооценка личности спортсмена как фактор готовности к соревновательной деятельности: автореф. дис. ... канд. педагогических наук / А. И. Курилкин. – М., 1997. – 210 с.
7. Левит, Л. З. Самооценка как фактор регуляции соревновательной деятельности шахматиста: автореф. дисс. ... канд. психологических наук / Л. З. Левит. – М., 1988. – 138 с.
8. Лозовая, Г. В. Тенденции изменения самооценки личности в процессе ее профессионального самоопределения / Г. В. Лозовая // Теория и практика управления образовательным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы: вестник БПА / Санкт-Петербургская балт. пед. Акад. – СПб, 2003. – С. 34-35.
9. Ронь, И. Н. Психолого-педагогические условия формирования современной эмоциональной устойчивости конкурсных танцевальных пар: автореф. дис. ... канд. педагогических наук / И. Н. Ронь. – Ставрополь, 2006. – 192 с.
10. Рубштейн, Н. И. Что нужно знать, чтобы стать первым. Психология танцевального спорта / Н. И. Рубштейн. – М. : 2002. – 137 с.
11. Серова, Л. Л. Личностные качества спортсмена // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта / Л. Л. Серова. – 2006. – №20. – С.75-78.
12. De Sousa N.C.P., Caramaschi S. Body contact between adolescents through ballroom dancing at school / De Sousa N.C.P., Caramaschi S. // Motriz-Revista de Educacao Fisica. – 2011. – V. 17. – №4. – pp. 618-629.
13. Fonseca, C.C. Ballroom dance and body size perception / C. C. Fonseca, B. E. Thurm, R. L. Vecchi, E. F. Gama E.F. // Perceptual and Motor Skills. – 2014. – V. 2. – pp. 495-503.

Выводы

1. Женщины выше, чем мужчины, оценивают свой артистизм, умение войти в образ, эмоциональность и ответственность.

2. Танцоры высоких классов значительно выше оценивают свой уровень умения взаимодействовать со своим партнером, чем спортсмены низких классов.

3. Танцоры, имеющие более длительный стаж занятий танцами, более высоко оценивают свою техничность и целеустремленность.

Практические рекомендации. Полученные результаты возможно будет использовать при подготовке танцоров к соревнованиям и в процессе тренировок, в качестве помощи тренерам в получении информации о психологическом аспекте подготовки танцоров, который должен включать сведения о самооценке профессионально важных качеств. Важно, чтобы тренеры понимали, что самооценка различается у женщин и мужчин, что необходимо ориентироваться не только на уровень спортсмена, но и на танцевальный стаж.

References:

1. Volkov, D. N. Self-assessment and training evaluation skills of successful and unsuccessful athletes: avtoref. dis. ... kand. psihologicheskikh nauk / D. N. Volkov. – SPb, 2009. – 161 p.
2. Golovko, A. V. The development of athletic ability in the classroom ballroom dancing / A. V. Golovko // Srednee professional'noe obrazovanie. – 2011. – №4. – pp. 24-25.
3. Zhavoronkova, I. A. Acquisition of pairs in sports ball dances (for example, children 12-15 years): diss. ... kandid. pedagogicheskikh nauk / I. A. Zhavoronkova. – Belgorod, 2006. – 151 p.
4. Zagajnov, R. M. Crises in sports psychology to overcome them / R. M. Zagajnov. – M. : Sovetskij sport, 2010. – 232 p.
5. Konopkin, O. A. Stylistic features of self-activity / O. A. Konopkin, V. I. Morosanova // Voprosy psikhologii. – 1989. – №5. – pp. 18-26.
6. Kurilkin, A. I. Self-assessment of the individual athlete as a factor of readiness for competitive activity: avtoref. dis. ... kand. pedagogicheskikh nauk / Kurilkin A. I. – M., 1997. – 210 p.
7. Levit L.Z. Self-esteem as a factor in the regulation of competitive activity of a chess player: avtoref. diss. ... kand. psihologicheskikh nauk / Levit L.Z.. – M., 1988. – 138 p.
8. Lozovaya, G. V. Trends in self-identity in the process of professional self-determination / G. V. Lozovaya // Teoriya i praktika upravleniya obrazovatel'nym processom: pedagogicheskie, social'nye i psihologicheskie problemy: vestnik BPA / Sankt-Peterburgskaya balt. ped. Akad. – SPb., 2003. – pp. 34-35.
9. Ron' I. N. Psycho-pedagogical conditions of formation of modern emotional stability of competitive dancing couples: avtoref. dis. ... kand. pedagogicheskikh nauk / Ron' I.N. – Stavropol', 2006. – 192 p.
10. Rubshtejn, N. I. What you need to know in order to become the first. Dance Sport Psychology / Rubshtejn N. I. – M. : 2002. – 137 p.
11. Serova, L. L. The personal qualities of athlete / L. L. Serova // Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta. – 2006. – №20. – pp.75-78.
12. De Sousa N.C.P., Caramaschi S. Body contact between adolescents through ballroom dancing at school / De Sousa N.C.P., Caramaschi S. // Motriz-Revista de Educacao Fisica. – 2011. – V. 17. – №4. – pp. 618-629.
13. Fonseca, C.C. Ballroom dance and body size perception / C. C. Fonseca, B. E. Thurm, R. L. Vecchi, E. F. Gama E.F. // Perceptual and Motor Skills. – 2014. – V. 2. – pp. 495-503.

