

УДК 796.8

# ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОИЗВОЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ У МОЛОДЫХ СПОРТСМЕНОВ С УЧЕТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ АСИММЕТРИИ

## INDIVIDUAL CHARACTERISTICS OF VOLUNTARY REGULATION IN YOUNG ATHLETES TAKING INTO ACCOUNT THE FEATURES OF ASYMMETRY



**Блеер**  
**Александр Николаевич** – доктор педагогических наук, профессор, член-кор. РАО, Москва, Россия

**Bleer Alexander** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the RAO, Moscow, Russia



**Москвин**  
**Виктор Анатольевич** – д-р психол. наук, профессор кафедры психологии Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия

**Moskvina Victor** – Doctor of Psychological Science, Professor of the Psychology Department at the

Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia



**Москвина**  
**Нина Викторовна** – канд. психол. наук, доцент кафедры психологии Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия

**Moskvina Nina** – PhD, Associate Professor of the Psychology Department at the Russian State University of Physical Education,

Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia

**Ключевые слова:** мозг, асимметрии, латеральные особенности, волевая регуляция, спорт высших достижений.

**Аннотация.** Изучена возрастная динамика волевых качеств на примере 45 спортсменов-подростков 14–16 лет и 100 студентов 1–4 курсов спортивного вуза в возрасте от 18 до 25 лет. Для исследования волевых качеств использовалась методика М.В. Чумакова, для проявлений асимметрии – показатели пробы «перекреструк» по А.Р. Лурия. Установлено, что доминирование левой лобной доли у подростков и юношей связано с более высокими показателями волевой регуляции.

**Keywords:** brain, asymmetry, lateral features, volitional regulation, sport of higher achievements.

**Abstract.** The age dynamics of personality's volitional qualities is studied on the example of 45 sportsmen-teenagers of 14-16 years and 100 students of 1-4 courses of sports high school at the age from 18 to 25 years. For the study of strong-willed qualities the technique of M. Chumakov was used, for the study of asymmetry – the indicators of the «cross-arms» test by A. Luria. It was revealed that the dominance of the left frontal lobe in adolescents and young men is associated with higher rates of volitional regulation.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ (ОГОН), проект № 16-06-50146-а (ф)

**Актуальность исследования.** Выявление индивидуальных особенностей произвольной регуляции без сомнения актуально в современной спортивной психологии, (особенно при подготовке спортсменов высокой квалификации) [1, 3-6, 10]. Произвольная регуляция спортсмена всегда очень тесно связана с таким понятием как целеобразование. Цель в психологии определяется как то, что реализует человеческую потребность и выступает в качестве образа конечного результата деятельности, как заранее мыслимый и превосходящийся результат сознательной деятельности. Цель можно рассматривать как осознанный образ будущих результатов, косвенно связанный с мотивом по О.К. Тихомирову [8]. И чем сложнее поставленная цель, тем более длительный путь нужно пройти человеку в своем развитии. Цель в спорте – это то, на что направлена деятельность спортсмена. Если нет цели, то нет и деятельности, нет целенаправленной активности субъекта. Напротив, постановка цели стимулирует и программирует деятельность, она является механизмом развертывания соответствующей программы поведения. Все это требует постановки вопроса исследования особенностей волевой регуляции с учетом возрастных изменений и проявлений асимметрии.

**Методы исследования.** Наш эксперимент проводился традиционно в виде группового тестирования. Для выявления индивидуальных особенностей волевой регуляции было проведено исследование с помощью методики определения волевых качеств личности (ВКЛ) по М.В. Чумакову [9]. В нем приняли участие 45 подростков 14-16 лет

занимающихся борьбой. Из них 25 испытуемых были с правыми показателями пробы «перекрест рук» (правые ПППР) по А.Р. Лурия [2], что отражает доминирование левых лобных отделов (имеющих отношение к произвольной регуляции поведения) и 20 подростков были с левыми показателями данной пробы (левые ЛППР). Исследование проводилось на базе ГБУ «Спортивная школа № 55 СКИФ» Департамента физической культуры и спорта г. Москвы [3; 10;].

Аналогичное исследование также была проведено на 100 студентах 1-4 курсов спортивного вуза (РГФКСМиТ) в возрасте от 18 до 25 лет. Для исследования волевых процессов также использовались методика ВКЛ и показатели пробы «перекрест рук» по А.Р. Лурия [2]. Таким образом, общий объем исследованной выборки составил 145 испытуемых.

Опросник ВКЛ предназначен для диагностики выраженности волевых качеств личности. В методике содержится 9 шкал: «ответственность», «инициативность», «решительность», «самостоятельность», «выдержка», «настойчивость», «энергичность», «внимательность», «целеустремленность» [9]. Статистическая обработка данных исследования проводилась с использованием непараметрического U – критерия Вилкоксона-Манна-Уитни.

**Результаты исследования.** Сравнение усредненных данных по методике ВКЛ М.В. Чумакова [9] в группе спортсменов-подростков показало, что испытуемые с правыми показателями пробы «перекрест рук» по А.Р. Лурия (по сравнению с левыми) обнаруживают более высокие цифры по шкалам

**Таблица – Различия в средних значениях по шкалам методики диагностики волевых качеств (по М.В. Чумакову) у подростков-спортсменов**

Шкалы методики ВКЛ	Правый локоть – ПППР (n=25)	Левый локоть – ЛППР (n=20)	Достоверность различий
Ответственность	4,5	3,9*	p<0,05
Инициативность	4,6	3,9*	p<0,05
Решительность	4,1	3,6	p>0,05
Самостоятельность	5,2	4,7	p>0,05
Выдержка	6,5	6,1	p>0,05
Настойчивость	4,2	4,1	p>0,05
Энергичность	6,5	6,0*	p<0,03
Внимательность	4,6	4,3	p>0,05
Целеустремленность	6,2	5,4*	p<0,05

Примечание: \* – значимые различия

«ответственность» (4,5 б. и 3,9 б. соответственно,  $p < 0,05$ ), «инициативность» (4,6 б. и 3,9 б.,  $p < 0,05$ ), «энергичность» (6,5 б. и 6,0 б.,  $p < 0,03$ ) и по шкале «целеустремленность» (6,2 б. и 5,4 б. соответственно,  $p < 0,05$ ) (см. таблицу).

Сравнение усредненных данных по методике ВКЛ М.В. Чумакова [9] для студентов спортивного вуза показало, что испытуемые с правыми ПППР (по сравнению с левыми) обнаруживают более высокие показатели по шкалам «ответственность» (4,7 б. и 4,0 б. соответственно,  $p < 0,05$ ), «инициативность» (4,9 б. и 4,0 б.,  $p < 0,05$ ), «энергичность» (6,7 б. и 6,1 б.,  $p < 0,03$ ) и по шкале «целеустремленность» (6,4 б. и 5,6 б. соответственно,  $p < 0,05$ ).

**Обсуждение результатов исследования.** В целом, по результатам проведенного исследования испытуемые с левополушарным доминированием обнаруживают более высокие данные по шкалам методики ВКЛ, что говорит о большей выраженности показателей произвольной регуляции у первой группы лиц. Полученные данные коррелируют и с результатами проведенных психодиагностических исследований. Также (по данным экспериментов) можно констатировать, что по мере взросления (по мере перехода от подростковой к более старшей возрастной группе) происходит повышение показателей по шкалам методики ВКЛ.

**Выводы.** Полученные данные могут быть успешно использованы при решении дифференциально-диагностических задач в спортивной психологии, в том числе, и при диагностике индивидуальных особенностей регуляторных функций спортсменов.

Результаты показывают наличие асимметрии третьего (регуляторного) блока мозга по А.Р. Лурия. Это положение подтверждается также данными психодиагностических исследований подростков и юношей с разными латеральными особенностями [3, 10] и ранее установленными данными о том, что парциальное доминирование левой лобной доли (чаще у лиц мужского пола) связано с более высокими показателями целеобразования и волевой регуляции [4-5, 10]. Нами же ранее проведенные пилотажные исследования свидетельствуют, что у девушек и женщин эти показатели являются менее определенными (более «размытыми»), т.е. они не всегда подтверждаются при статистической обработке. Полученные результаты могут быть использованы практически для диагностики индивидуальных особенностей произвольной регуляции в спортивной психологии при подготовке спортсменов высокой квалификации и для прогнозирования

поведения человека в экстремальных ситуациях [3-7]. Также они могут быть использованы при чтении курса спортивной психофизиологии (в разделе «волевая регуляция поведения») [5].

### Литература

1. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 352 с.
2. Лурия, А.Р. Основы нейропсихологии / А.Р. Лурия. – М.: МГУ, 1973. – 374 с.
3. Москвин, В.А. Индивидуальные особенности волевой регуляции у спортсменов-подростков / В.А. Москвин, Н.В. Москвина // Спортивный психолог. – 2016. – № 3 (42). – С. 52-57.
4. Москвин, В.А. Межполушарные асимметрии и индивидуальные различия человека / В.А. Москвин, Н.В. Москвина. – М.: Смысл, 2011. – 368 с. – ISBN 978-5-89357-303-9.
5. Москвин, В.А. Проблема волевой регуляции спортсменов в курсе подготовки спортивных психологов / В.А. Москвин, Н.В. Москвина // Proc. Intern. res.-pract. conference for workers of science and education «Education & Science – 2016». Part 3. St. Louis, Missouri, USA: Science and Innovation Center Publ., – 2016. – pp. 9-12. doi: 10.18411/d-2016-047
6. Москвин, В.А. Психофизиологические аспекты эмоционально-волевой подготовки к экстремальным ситуациям (на примере восточных единоборств) / В.А. Москвин, Н.В. Москвина // Экстремальная деятельность человека. – 2016. – № 1 (38). – С. 30-33.
7. Пилькевич, А.В. Обучение беспарашютному десантированию с вертолета при проведении спасательных операций в условиях равнины / А.В. Пилькевич, А.В. Провалов, Ю.В. Байковский, Н.В. Пилькевич // Экстремальная деятельность человека. – 2016. – № 1 (38). – С. 49-53.
8. Тихомиров, О.К. Психология мышления: Учебное пособие / О.К. Тихомиров. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 272 с.
9. Чумаков, М.В. Диагностика волевых особенностей личности / М.В. Чумаков // Вопросы психологии. – 2006. – № 1. – С. 169-178.
10. Moskvina, V.A. Asymmetry and individual characteristics of strong-willed regulation teenage athletes / V.A. Moskvina, N.V. Moskvina // Austrian Journal of Humanities and Social Sciences. – 2016. – № 5-6. – P. 22-24. doi: 10.20534/AJH-16-5.6-22-24.

### Literature

1. Ilyin, E.P. Psychology of sports / E.P. Ilyin. – SPb.: Peter, 2009. – 352 p.

2. Luria, A.R. Basis of neuropsychology / A.R. Luria. – M.: Moscow state University, 1973. – 374 p.
3. Moskvina, V.A. Individual features of strong-willed regulation in adolescent athletes / V.A. Moskvina, N.V. Moskvina // Sportivnyy psiholog. – 2016. – № 3 (42). – P. 52-57.
4. Moskvina, V.A. Megalocornea asymmetry and individual differences of the person / V.A. Moskvina, N.V. Moskvina. – M.: Sense, 2011. – 368 p. – ISBN 978-5-89357-303-9.
5. Moskvina, V.A. Problem of volitional regulation in athletes training sports psychologists / V.A. Moskvina, N.V. Moskvina // Proc. Intern. Res.– practice. conference for workers of science and education «Education & Science in 2016.» Part 3. St. Louis, Missouri, USA: Science and Innovation Center Publ., In 2016. – pp. 9-12. doi: 10.18411 / d-2016-047
6. Moskvina, V.A. Psychophysiological aspects of emotional-volitional preparation for extreme situations (on the example of martial arts) / V.A. Moskvina, N.V. Moskvina // Ekstremalnaya deyatel'nost ' cheloveka. – 2016. – No. 1 (38). – P. 30-33.
7. Pilkevich, A.V. Training free dropping dropping from the helicopter during rescue operations in conditions of plain / A.V. Pilkevich, A.V. Failures, Y.V. Baykovskiy, N.V. Pilkevich // Ekstremalnaya deyatel'nost ' cheloveka. – 2016. – No. 1 (38). – P. 49-53.
8. Tikhomirov, O.K. Psychology of thinking: textbook / O.K. Tikhomirov. – Moscow: Izd-vo Mosk. UN-TA, 1984. – 272 p.
9. Chumakov, M.V. Century Diagnostics strong-willed personality / M.V. Chumakov // Voprosy psihologii. – 2006. – No. 1. – P. 169-178.
10. Moskvina, V.A. Asymmetry and individual characteristics of strong-willed regulation teenage athletes / V.A. Moskvina, N.V. Moskvina // Austrian Journal of Humanities and Social Sciences. – 2016. – № 5-6. – P. 22-24. doi: 10.20534/AJH-16-5.6-22-24.

