



УДК 159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО САМОВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ

PSYCHOLOGICAL DIAGNOSTIC OF PHYSICAL SELF-EDUCATION OF THE PERSONALITY ON SPORTS ACTIVITIES



Ниясова Неля Сергеевна – канд. пед. наук, доцент кафедры физического воспитания Омского государственного педагогического университета (ОмПГУ), Омск, Россия, n-niyasova@yandex.ru

Niyasova Nelya – PhD, Associate Professor of the Faculty of Physical Training at the Omsk State Pedagogical University (OmPGU), Omsk, Russia



Кульмаметьева Элла Салимчановна – канд. пед. наук, доцент кафедры физического воспитания Омского государственного педагогического университета (ОмПГУ), Омск, Россия, kulmametyeva68@bk.ru

Kulmametyeva Ella – PhD, Associate Professor of the Faculty of Physical Training at the Omsk State Pedagogical University

(OmPGU), Omsk, Russia

Ключевые слова: психологическая диагностика, физическое самовоспитание, интеллектуальная активность, личность, потребности, соревновательная деятельность.

Аннотация. Психологическая диагностика физического самовоспитания направлена на выявление источников интеллектуальной активности в условиях соревнования на основе изучения общего показателя и системных компонентов работы личности над собой: идеализации, самопознания, мотивов самовоспитания, самообязательства, саморегуляции и самоконтроля.

Keywords: psychological diagnostic, physical self-education, intellectual activity, personality, needs, competitive confrontation.

Abstract. Criteria of diagnostic of physical self-education of the personality on sports activities (idealization, self-knowledge, motives of self-education, the self-obligation, self-control, self-checking) which formed the basis of psychological diagnostic of physical self-education of the athlete are developed. The technique of psychological diagnostic includes the characteristic of a condition of physical self-education of the athlete (the general indicator) and its choice of the mode of work over itself in situations of competitive confrontation (indicators of development of structural components). Results of physical self-education of the athlete render the methodical help to the trainer-teacher in management of process of intellectual activity of the subject in long-term sports preparation.

Актуальность исследования. Состояние физического самовоспитания характеризует готовность спортсмена к творческой деятельности в условиях ситуационной игры, что, в свою очередь, обуславливает своевременность и качество исполнения технико-тактических действий при атаке или защите.

По нашему мнению, интеллектуальная активность баскетболистов в ситуациях игрового взаимодействия или противоборства обусловлена

состоянием их физического самовоспитания, системные элементы которого характеризуют предрасположенность спортсменов к решению технико-тактических задач для удовлетворения потребностей разного уровня. Однако в спортивной практике не уделяется должного внимания вопросам состояния физического самовоспитания, её психологической диагностики и прогнозирования перехода от ситуативной работы над собой к мотивированному изменению себя как личности,



что снижает качество управления процессом интеллектуальной деятельности игроков в условиях спортивного соревнования.

Необходимость подготовки личности к сознательной работе над собой и управлению собственным интеллектуальным развитием на занятиях избранным видом спорта определило проблемное поле исследования: критерии психологической диагностики состояния физического самовоспитания, которые позволяют тренеру-преподавателю, во-первых, в разрабатываемых игровых ситуациях предвидеть интеллектуальную активность субъекта, и, во-вторых, в моментах соревновательного противоборства регулировать интеллектуальную деятельность игроков.

Цель исследования заключалась в разработке методики психологической диагностики физического самовоспитания спортсмена на основе структурного подхода и её экспериментальной проверке.

Организация исследования. Разработка и экспериментальная проверка методики психологической диагностики физического самовоспитания осуществлялась в два этапа. Первый этап направлен на разработку и обоснование методики; анкетирование проводилось в предсоревновательном периоде, в течение двух лет (2012-2013 годы), всего 4 среза. Второй этап связан с экспериментальной проверкой разработанной методики; анкетирование проводилось в дни отдыха между играми, в соревновательном периоде, во время открытого чемпионата по баскетболу, посвящённого Промину В.Н., Заслуженному тренеру РФ, основоположнику омского баскетбола и наставнику олимпийского чемпиона Ивана Дворного (Омск, 2014 год).

Испытуемые. В первом этапе участвовали баскетболисты БУ ДО города Омска «СДЮСШОР имени ЗРТ В. Н. Промина». Анкетирование осуществлялось в трёх возрастных группах, 10-13, 14-15, 16-17 лет, соответственно, 41, 17, 15 человек, всего 73 спортсмена. Во втором этапе участвовали баскетболисты 1999 года рождения (возраст 15 лет) специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, входящие в состав спортивных команд следующих городов: Омск (2 команды по 15 человек, стаж занятий 3-10 лет), Новосибирск (2 команды по 11 человек, стаж занятий – 4-9 лет), Екатеринбург (1 команда из 11 человек, стаж занятий 1-7 лет), Курган (1 команда из 12 человек, стаж занятий 4-8 лет), Томск (1 команда из 12 человек, стаж занятий – 3-11 лет); всего 87 баскетболистов.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетирование, методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение.

Анализ научно-методической литературы показал возможности повышения интеллектуальной активности личности в условиях соревновательной деятельности путём изменения состояния физического самовоспитания субъекта, что способствовало постановке проблемы создания методики психологической диагностики физического самовоспитания спортсмена. Обобщая данные отечественных и зарубежных исследователей [1, 3, 4, 5], отмечено, что в спортивной практике одной из малоизученных проблем является психологическая диагностика физического самовоспитания спортсмена на основе структурного подхода. Специального изучения вопросов, объясняющих состояние физического самовоспитания и процесс его изменения путём подготовки и участия в спортивных соревнованиях, не обнаружено. Это приводит к необходимости разработки методики психологической диагностики физического самовоспитания в целом и его системных компонентов; при её реализации личность спортсмена становится субъектом своего интеллектуального развития и подготовленности в условиях соревновательной деятельности.

Решая следующую задачу исследования, разрабатывалась методика психологической диагностики физического самовоспитания спортсмена, в её основу положен структурный подход, раскрывающий конструкцию иерархии системных элементов работы личности над собой и их взаимосвязь. Предполагалось, что выявление системных компонентов физического самовоспитания и изучение их развития в процесс занятий избранным видом спорта позволит определить источники интеллектуальной активности личности в условиях соревновательного противоборства. С помощью метода анкетирования выявлялось состояние физического самовоспитания в целом и его системных компонентов (1 этап). При разработке анкеты использовались научные разработки Э. С. Кульмаметьевой [2]. На основе анализа анкетного материала были выбраны 56 утверждений, объединяющие 6 индикаторов: идеализация, самопознание, мотивы самовоспитания, самообязательство, саморегуляция, самоконтроль (по 8 вопросов), раскрывающих характер и уровень физического самовоспитания субъекта, проявляемых в состязательной деятельности, и показатель лжи (8 вопросов), определяющий искренность ответов. В анкете применяется

**Таблица – Результаты физического самовоспитания баскетболистов 15 лет в соревновательном периоде, ($\pm \sigma$), баллы**

Экспериментальные группы, n=87	ЭГ-1, n=19	ЭГ-2, n=54	ЭГ-3, n=14	Р ЭГ-1- ЭГ-3
стаж занятий, годы	3,1 $\pm$ 2,0	4,6 $\pm$ 1,5	6,5 $\pm$ 1,2	< 0,05
Иерархия нужд, баллы	движение, 32 $\pm$ 8	самоутверждение, 73 $\pm$ 6	достижение, 86 $\pm$ 3	< 0,05
Степень удовлетвор. потребностей, %	низкая, 33 $\pm$ 5	средняя, 67 $\pm$ 4	высокая, 91 $\pm$ 3	< 0,05
идеализация	12,1 $\pm$ 2,5	21,9$\pm$1,6	19,7 $\pm$ 1,8	< 0,05
самопознание	10,3 $\pm$ 6,5	19,6 $\pm$ 1,3	22,0$\pm$2,3	< 0,05
мотивы самовосп.	15,3$\pm$1,9	20,6 $\pm$ 1,3	19,3 $\pm$ 1,3	< 0,05
самообязательство	11,3 $\pm$ 3,2	14,2 $\pm$ 2,3	20,3 $\pm$ 2,1	< 0,05
саморегуляция	12,7 $\pm$ 2,6	15,1 $\pm$ 4,4	16,9 $\pm$ 1,6	> 0,05
самоконтроль	18,2$\pm$0,7	14,6 $\pm$ 1,3	20,2 $\pm$ 1,1	< 0,05
общий показатель	79,9 $\pm$ 4,3	106,0 $\pm$ 7,2	118,4 $\pm$ 3,0	< 0,05

трёхмерная шкала. Общая сумма баллов, характеризующая уровень ситуативного, стимулируемого и мотивированного физического самовоспитания, находится, соответственно, в пределах: 0-84, 85-114 и 115-144 баллов; в каждом системном компоненте, соответственно, 0-14, 15-19 и 20-24 баллов, которые определяют его низкий, средний и высокий уровни.

В третьей задаче исследования изучалось формирование системных компонентов в разных состояниях физического самовоспитания. Предполагалось, что разные состояния физического самовоспитания зависят от развития конкретных системных компонентов и количества связей между ними. По результатам анкетирования (2 этап) баскетболисты 15 лет составили три экспериментальных группы, в первую группу (ЭГ-1) вошли игроки с показателями ситуативного физического самовоспитания (ФС), вторую группу (ЭГ-2) составили баскетболисты с данными стимулируемого физического самовоспитания, в третью группу (ЭГ-3) были объединены юноши с мотивированным уровнем физического самовоспитания (таблица).

Основываясь на полученном экспериментальном материале, отметим, что состояние физического самовоспитания спортсмена рассматривается нами как сложное многоуровневое иерархическое образование, в котором присутствуют шесть компонентов, которые, как правило, исследуются отдельно в неперекрывающихся работах. Состояние физического самовоспитания баскетболистов трёх групп достоверно различается в связи с увеличением стажа занятий спортом ($P < 0,05$), их интеллектуальная активность в ситуационной игре проявляется за счёт развития следующих системных компонентов: у игроков первой

группы – мотивы самовоспитания и самоконтроль, у спортсменов второй группы – идеализации, у баскетболистов третьей группы – самопознание. На наш взгляд, неодинаковое проявление системных компонентов физического самовоспитания баскетболистов одного возраста, но имеющих разный стаж занятий спортом, обусловлено актуализацией потребностей разного уровня (от биологических нужд в движении к социальным потребностям в самоутверждении и достижении), а также степенью их удовлетворения. Переход от одного состояния физического самовоспитания к другому осуществляется за счёт увеличения и укрепления корреляционных связей между его системными компонентами: на ситуативном уровне с высоким значением корреляции выявлена одна взаимосвязь; на стимулируемом и мотивированном уровнях количество взаимосвязей увеличивается, соответственно, до трёх и пяти из пятнадцати возможных связей. Это раскрывает разные способы обработки игровой информации, обеспечивающих своевременность решения технико-тактических задач и качество их исполнения.

Закключение. В основе методики психологической диагностики физического самовоспитания спортсмена лежит структурный подход, раскрывающий развитие системных компонентов работы личности над собой, что в целом, отражает эффективность интеллектуальной деятельности спортсмена по управлению процессом творческого решения технико-тактических задач в условиях соревновательного противодействия.

Методика психологической диагностики физического самовоспитания позволяет тренеру-преподавателю прогнозировать интеллектуальную

активность спортсмена в ситуациях атаки или защиты путём выявления общего показателя, характеризующего ситуативное, стимулируемое или мотивируемое состояние и раскрывает методы управления интеллектуальной деятельностью спортсмена при подготовке и участии в соревновательных соревнованиях путём изучения уровней развития его системных компонентов и их взаимодействия между собой.

Литература

1. Быков, В.С. Активизация самовоспитания учащихся старших классов / В.С. Быков, Л.С. Рычкова // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2012. – № 11 (19). – С. 33.
2. Кульмаметьева, Э.С. Использование дневников физического самовоспитания в подготовке школьников к участию в массовых спортивных соревнованиях / Э.С. Кульмаметьева, Н.С. Ниясова // Омский научный вестник. – 2009. – № 6. – С. 191-195.
3. Маслова, О.Ю. Теоретико-методологические подходы к образовательному процессу по физической культуре / О.Ю. Маслова, М.Я. Виленский // Культура физическая и здоровье. – 2018. – №1 (65). – С. 3-7.

4. Danish, J. Go for the goal / J. Danish, M. Mash, W. Howard. – Virginia Commonwealth University : Fourth Revision, 1991. – 87 p.

5. Spence, K.W. Behavior theory and learning : selected papers / K.W. Spence. – Englewood cliffs, New Jersey : Prentine Hall, 1980. – P. 42-61.

Literature

1. Bykov, V.S. Activation of self-education of high school students / V.S. Bykov, L.S. Rychkova // Modern research of social problems (electronic scientific journal). – 2012. – № 11 (19). – P. 33.
2. Kulmameteva, E.C. The use of diaries of physical self in the preparation of students to participate in mass sporting events / E.S. Kulmameteva, N.S. Niyasova // Omsk scientific Bulletin. – 2009. – № 6. – P. 191-195.
3. Maslova, O.Y. Theoretical and methodological approaches to the educational process on physical culture / O.Yu. Maslova, M.Y. Vilenskiy // Physical culture and health. – 2018. – №1 (65). – P. 3-7.
4. Danish, J. Go for the goal / J. Danish, M. Mash, W. Howard. – Virginia Commonwealth University : Fourth Revision, 1991. – 87 p.
5. Spence, K.W. Behavior theory and learning : selected papers / K.W. Spence. – Englewood cliffs, New Jersey : Prentine Hall, 1980. – P. 42-61.

