

ЗАВИСИМОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СТИЛЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ ОТ ТИПОЛОГИЧЕСКИХ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Лидия Константиновна Серова, доктор психологических наук, профессор,

Антон Александрович Воронов, аспирант,

*Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья
имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

Целью данного исследования является определение характера зависимости индивидуально-го стиля деятельности игроков в настольный теннис от психотипа спортсмена – экстраверта или интроверта. Была проведена нотационная запись игр крупных соревнований по настольному теннису. Полученный экспериментальный материал позволяет утверждать, что в настоящий момент у теннисистов можно выделить два основных стиля игроков: атакующий и контратакующий. Экстраверты, в основном, придерживаются атакующего стиля игры, интроверты – контратакующего. Исходя из полученных данных, можно сделать вывод о том, что игроки в настольный теннис различаются по своему игровому стилю в зависимости от их психологического типа личности – экстраверты они или интроверты. Эти различия обусловлены генетически, поэтому возможно с самого начала периода обучения настольному теннису определить индивидуальный стиль деятельности юного спортсмена, что позволит сократить сроки обучения и повысит эффективность выступлений. Также знание психотипов дает возможность производить отбор в сборные команды и составлять игровые пары для соревновательной деятельности.

Ключевые слова: индивидуальный стиль деятельности, экстраверсия, интроверсия, игроки в настольный теннис.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2013.01.95.p140-143

DEPENDENCE OF INDIVIDUAL STYLE OF ACTIVITY IN TABLE TENNIS ON TYPOLOGICAL PROPERTIES OF THE IDENTITY OF ATHLETES

Lydia Konstantinovna Serova, the doctor of psychological sciences, professor,

Anton Aleksandrovich Voronov, the post-graduate student,

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg

Annotation

Objective of this research is determination of nature of dependence of individual style of activity of players in table tennis from psychotype of the athlete – the extrovert or the introvert. Notation record of games of large table tennis competitions has been carried out. The received experimental material allows claiming that now among the tennis players it is possible to mark out two main styles of players: attacking and counterattacking. Extroverts, generally adhere to attacking style of game, introverts – counterattacking. Proceeding from the obtained data, it is possible to draw a conclusion that table tennis players are differed on the game style depending on their psychological type of the personality – extroverts or introverts. These distinctions are caused genetically, therefore, it is probable from the very beginning of period of training to table tennis to define the individual style of activity of the young athlete that will allow to reduce terms of training and increase efficiency of performance. In addition, the knowledge of psychotypes gives the chance to make selection in national teams and make game couples for competitive activity.

Keywords: individual style of activity, extroversion, introversion, table tennis players.

ВВЕДЕНИЕ

Среди психологических характеристик личности важную роль играют экстраверсия – интроверсия. Они оказывают значительное влияние на деятельность.

Экстраверсию характеризуют как свойство темперамента, предопределяющее пре-

имущественную направленность личности на внешние объекты. Экстраверсия проявляется в общительности, открытости, эмоциональной подвижности, социальной адаптивности.

Интроверсия – свойство противоположное экстраверсии. Это свойство темперамента, характеризующее преимущественную направленность личности на свой внутренний мир. Интроверты отличаются пониженной общительностью, скрытностью, склонностью к глубоким и сильным переживаниям [4].

Эти психологические типы впервые выделил психолог Карл Юнг. Он писал, что у экстраверта все его сознание смотрит во внешний мир. Интерес и внимание сосредоточены на объективных происшествиях, и, прежде всего, на тех, которые имеют место в ближайшей среде. Интроверты в большинстве случаев молчаливы, труднодоступны, непонятны, нередко также отличаются меланхолическим темпераментом [5].

В спорте присутствуют оба эти психологических типа. Наши исследования показали, что среди гандболистов больше всего экстравертов, (75%), у стрелков – интровертов (71%), у фехтовальщиков больше всего экстравертов (70%) [3].

Рассмотренные психические свойства темперамента влияют и на индивидуальный стиль деятельности. Так, в фехтовании у экстравертов лучше реакция и они придерживаются, в основном, атакующего стиля, а интроверты – контратакующего с большой долей логического мышления [2].

Экстраверты и интроверты по-разному реагируют на негативные соревновательные состояния. Интроверты чаще всего используют самоприказы, самоубеждения, а экстраверты – мотивы, связанные с тренером и товарищами [1].

Мы задались целью выявить, как различные психотипы влияют на выбор индивидуального стиля деятельности в настольном теннисе. В настольном теннисе выделяют атакующий стиль, универсальный и защитный. Так как с повышением скорости и агрессивности игры, чисто защитного стиля практически не стало, он перекалифицировался в контратакующий стиль.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для выявления содержания операционного состава деятельности игроков в настольный теннис была проведена нотационная запись (Личного Чемпионата России, Клубного чемпионата России, Международные турниры (ITTF)). Всего проанализировано 800 игр.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Установлено, что основным средством ведения поединков у игроков в настольный теннис являются атаки 60%. При этом основные атаки и контратаки составляют 75% ударов из общего числа, что является характерным для современного настольного тенниса. Прием подач стал более активным что позволяет сразу захватить инициативу в розыгрыше. Игроки контратакующего стиля стали больше перехватывать инициативу атакующими действиями.

Сопоставление нотационной записи поединков и данных, полученных по результатам исследований типологических особенностей игроков в настольный теннис показало, что в техническом арсенале экстравертов атакующие действия составляют 70% от общего объема применяемых ударов, что дает основание отнести их к атакующему стилю игроков, а интровертов к стилю контратакующей игры, так как объем атакующих действий, применяемых ими в соревновательной деятельности составляет 36%.

Были выявлены различия и в разновидности используемых атак (табл. 1).

Таблица 1

**Характеристика итоговых показателей применяемых технических действий
в зависимости от типологических свойств личности (в %) (n=48)**

Группы	Экстраверты	Интроверты
Поддачи атакующие	30	20
Поддачи защитные	70	80
Прием подачи атакующий	60	20
Прием подачи защитный	40	80
Атакующие удары справа	60	30
Атакующие удары слева	40	20
Контратакующие удары справа	60	60
Контратакующие удары слева	40	20
Защитные удары справа	50	70
Защитные удары слева	50	80
Переход от атаки в защиту справа.	20	80
Переход от атаки в защиту слева.	20	80

У экстравертов больше подач атакующих, у интровертов – защитных. У экстравертов в три раза больше активного приема подач, а интровертов в два раза больше защитного приема подач.

Экстраверты в два раза чаще атакуют, чем интроверты. Но интроверты также вынуждены контратаковать. Так по контратаке справа они сравнивались с экстравертами.

У интровертов больше защитных ударов справа и слева, а переход из атаки в защиту у них осуществляется в четыре раза чаще, чем у экстравертов

Экспериментальный материал позволяет утверждать, что в настоящий момент у теннисистов можно выделить два основных стиля игроков: атакующий и контратакующий, так как они являются наиболее перспективными на данный момент. Экстраверты, в основном, придерживаются атакующего стиля игры, интроверты – контратакующего.

Анализ полученных данных дает основание считать, что теннисисты отнесенные к группе экстравертов строят свои тактические действия на основе «скоростной атаки», интроверты – на основе «тактического обмана».

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод о том, что игроки в настольный теннис различаются по своему игровому стилю в зависимости от их психологического типа личности – экстраверты они или интроверты. Эти различия обусловлены генетически, поэтому возможно с самого начала периода обучения настольному теннису определить индивидуальный стиль деятельности юного спортсмена, что позволит сократить сроки обучения и повысит эффективность выступлений. Также знание психотипов дает возможность производить отбор в сборные команды и составлять игровые пары для соревновательной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2009. – 352 с.
2. Равикович, Н.Ф. Методика формирования индивидуального стиля соревновательной деятельности фехтовальщиков-рапиристов с учетом «временного» фактора : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Равикович Наталья Феликсовна ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2001. – 23 с.
3. Серова, Л.К. Психология личности спортсмена / Л.К. Серова. – М. : Советский спорт, 2007. – 116 с.
4. Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях : [словарь-справочник] / под ред. В.У. Агеевца ; С.-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – М. : Физкультура, образование и наука, 1996. – 451 с.
5. Юнг, К. Психологические типы / К. Юнг. – СПб. : Азбука, 2001. – 736 с.

REFERENCES

1. Ilyin, E.P. (2009), *Psychology of sports*, publishing house “Peter”, St.-Petersburg, Russian Federation.
2. Ravikovich, N.F. (2001), *Technique of formation of individual style of competitive activity of fencers foil fencers taking into account a "temporary" factor*: dissertation, St.-Petersburg, Russian Federation.
3. Serova, L.K. (2007), *Psychology of the identity of athlete*, Soviet sports, Moscow, Russian Federation.
4. Ed. Ageevts, V.U. (1996), *Sports psychology in terms, concepts, interdisciplinary communications*, Physical culture, science and education, Moscow, Russian Federation.
5. Yung, K. (2001), *Psychological types*, publishing house “Azбука”, St.-Petersburg, Russian Federation.

Контактная информация: vaal-89@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 29.01.2013.

УДК 372.212.1

ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННОЙ МЕТОДИКИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ЧАСТО БОЛЕЮЩИМИ ДОШКОЛЬНИКАМИ В ГРУППАХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО НАПРАВЛЕНИЯ

Людмила Аркадьевна Соловьева, соискатель,

*Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ)*

Аннотация

Традиционная система дошкольного физического воспитания ослабленных детей II группы здоровья, имеющих респираторно-иммунные расстройства (20% – часто болеющие дети и 25,4% – дети с гипертрофией лимфоидной ткани носоглотки, часто болеющие респираторными инфекциями в стертой форме), не обеспечивает в полной мере потребность в движении, не применяет дифференцированный подход и современные оздоровительные технологии. Это снижает оздоровительный эффект физкультурных занятий, задерживает формирование защитных механизмов, и поэтому способствует росту заболеваемости, снижению в 1,2-1,5 раза уровня функционирования жизненно важных систем и физической подготовленности этого контингента детей в старшем дошкольном возрасте. Использование в образовательном процессе инновационной методики дополнительных физкультурно-оздоровительных занятий, основанной на формировании специализированной модифицирующей среды дошкольного образовательного учреждения с применением закалывающих, развивающих и тренирующих эффектов под контролем локального мониторинга, оптимизирует все компоненты здоровья часто болеющих детей, при этом 25% из них переходят в ряд здоровых.

Ключевые слова: дети 5-6 лет, часто болеющие дети, физкультурно-оздоровительная деятельность.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2013.01.95.p143-147

APPLICATION OF AN INNOVATIVE TECHNIQUE OF SPORTS AND HEALTH IMPROVING OCCUPATIONS FOR SICKLY PRESCHOOL CHILDREN IN GROUPS OF COMBINED DEVELOPING DIRECTION

Ludmila Arkadievna Solovyeva, the competitor,

The Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism

Annotation

Traditional system of preschool physical training of the weakened children of the II group of the health, having respiratory and immune frustration (20% – sickly children and 25.4% – children with a