

УДК 796.085

ИССЛЕДОВАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА КОММУНИКАТИВНЫЕ И ОРГАНИЗАТОРСКИЕ СПОСОБНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Мосина Н.В.

ФГБОУ ВО «Югорский государственный университет», Ханты-Мансийск, e-mail: mosinanv@mail.ru

В данной статье рассматриваются результаты исследования индивидуально-психологических особенностей юных баскетболистов и их влияние на игровые взаимодействия спортсменов. В баскетболе для реализации игровых действий необходимо сотрудничество и взаимодействие игроков, которые во многом зависят от индивидуальных особенностей спортсмена и межличностных отношений в коллективе. При этом при выполнении задач совместной деятельности члены любой команды связаны между собой, с одной стороны, статусно-ролевыми (деловыми, официальными), определяющими распределение функций для решения поставленных задач, с другой стороны, межличностными, неофициальными отношениями, определяющими характер взаимных симпатий и антипатий, что, несомненно, отражается на результатах соревновательной деятельности. Рассматривая влияние свойств нервной системы на групповые взаимодействия баскетболистов можно отметить, что именно свойства нервных процессов, которые определяют тип нервной деятельности, необходимо учитывать при формировании групповой совместимости и сплоченности игроков, а также при корректировке отдельных свойств личности. Актуальность исследования обусловлена тем, что повышение эффективности игровых взаимодействий баскетболистов возможно, во-первых, при наличии у участников взаимодействий коммуникативных и организаторских способностей, а во-вторых, при создании в спортивной команде оптимального социально-психологического климата.

Ключевые слова: темперамент, межличностные взаимоотношения, сплоченность, игровые взаимодействия баскетболистов, коммуникативные способности, организаторские способности

RESEARCH OF INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL FEATURES OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS AND THEIR INFLUENCE ON COMMUNICATIVE AND ORGANIZATIONAL ABILITIES OF ATHLETES

Mosina N.V.

Ugra State University, Khanty-Mansiysk, e-mail: mosinanv@mail.ru

This article discusses the results of the study of individual psychological characteristics of young basketball players and their impact on the game interaction of athletes. In basketball, for implementation of game actions, cooperation and interaction of players which in many respects depend on individual features of the athlete and interpersonal relations in collective is necessary. Thus at performance of tasks of joint activity members of any team are connected among themselves on the one hand, status role (business, official) defining distribution of functions for the solution of tasks, on the other hand the interpersonal, informal relations defining character of mutual likes and dislikes that undoubtedly is reflected in results of competitive activity. Considering influence of properties of nervous system on group interactions of basketball players it is possible to note that properties of nervous processes which define type of nervous activity, it is necessary to consider at formation of group compatibility and cohesion of players, and also at correction of separate properties of the personality. The relevance of the study due to the fact that improving the efficiency of game interactions of the players, perhaps first in the presence of participants' interactions, communication and organizational skills, and secondly, when you create a sports team optimal socio-psychological climate.

Keywords: temperament, interpersonal relationships, cohesion, game interactions of basketball players, communication skills, organizational skills

Повышение эффективности соревновательной деятельности спортсменов – одна из ключевых задач, которые стоят перед тренером в работе с командами различной квалификации и возраста. Как и большая часть игровых видов спорта, баскетбол – командная игра, соответственно, требует более тесного сотрудничества партнеров по команде. В данном случае команда – это коллектив со своими психологическими особенностями, в котором между игроками складываются определенные, и довольно часто сложные отношения.

Первостепенной задачей тренера будет создание оптимального психологического климата в спортивной команде, объединение игроков таким образом, чтобы все участники смогли не только реализовать себя как спортсмены, но и как личности, обладающие самоуважением и уважением членов всей команды. В этом и состоит роль наставника юных баскетболистов и его педагогическое мастерство [1].

Так, по мнению Е.Н. Тогоунова и Б.Н. Мартянова, спортивная команда представляет собой спортивную группу людей [2]. В связи с тем, что в баскетбольной команде у спор-

тсменов общие цели и задачи, то и решение этих задач возможно только общими усилиями. Другие авторы дают следующую трактовку определения команды, под которой понимают группу людей, имеющих общие цели, взаимодополняющие навыки и умения, высокий уровень взаимной зависимости и разделяющих ответственность за достижение конечных результатов [3, с. 217].

Таким образом, отличие спортивной команды от коллективов, микро- и макрогрупп будет состоять в том, что для достижения игрового результата им требуется участие всех членов команды, объединяя не только физические, технические и умственные способности каждого, но и морально-психологические ресурсы в единое целое. В конечном итоге это позволяет компенсировать какие-либо недостатки игроков и достигать поставленных целей.

Дж. Катценбах и Д. Смит, подчеркивают, что члены спортивной команды дополняют друг друга своими умениями, связаны единым замыслом, находятся в общем стремлении к достижению коллективных (общеконандных) целей и несут солидарную ответственность за их достижение [4].

Особенности свойств нервной системы, отражающие индивидуально-типологические способности спортсменов, сказываются на эмоционально-волевых качествах человека, которые непосредственно влияют на стрессоустойчивость к неблагоприятным состояниям [5].

Цель исследования: определить индивидуально-психологические особенности юных баскетболистов и их влияние на коммуникативные и организаторские способности спортсменов.

Проблема исследования заключается в необходимости поиска психологических средств оптимизации межличностных отношений, влияющих на игровые взаимодействия юных баскетболистов.

Материалы и методы исследования

Исследование проводилось в несколько этапов. На одном из этапов исследования проводился сбор экспериментальных данных.

Для определения индивидуально-психологических особенностей личности проводилось психодиагностическое тестирование темперамента, межгрупповых и межличностных отношений, психологической атмосферы в команде.

В решении общекомандных целей огромную роль играют коммуникативные и организаторские способности участников спортивного коллектива.

Для определения данных способностей баскетболистов использовались следующие показатели: длительность освоения взаимодействий и стабильность выполнения взаимодействий, а также проводился педагогический эксперимент по апробации разработанной программы, направленной на развитие коммуникативных и организаторских способностей баскетболистов.

В исследовании принимали участие 24 спортсмена в возрасте 15–16 лет, занимающиеся в учебно-тренировочной группе секции баскетбола, из которых 14 спортсменов имеют 2 спортивный разряд, 10 спортсменов 1 спортивный разряд. В составе обеих групп было по 12 человек.

Баскетболисты контрольной группы занимались по стандартной тренировочной программе, а в занятия баскетболистов экспериментальной группы была включена программа направленная на развитие коммуникативных и организаторских способностей спортсменов.

Программа экспериментальной группы состояла из 15 психотренинговых занятий, целью которых было совершенствование коммуникативных и организаторских способностей юных баскетболистов, способствующих повышению игровых взаимодействий спортсменов [6].

Результаты исследования и их обсуждение

Проведенное исследование в экспериментальной группе по изучению межличностных взаимоотношений баскетболистов с помощью метода социометрии позволило определить симпатии и антипатии юных спортсменов, т.е. психологическое отношение друг к другу. По результатам социометрии были определены явные «звезды» команды – 4 человека, их ближайший круг или «предпочитаемые» – 5 спортсменов и «непринятые» – 4 баскетболиста.

По оценке испытуемых, относящихся к подгруппам «звезды» и «предпочитаемые», психологическая атмосфера команды считается оптимальной, в отличие от респондентов подгруппы «непринятые», которые не дали позитивных оценок психологической атмосфере в команде.

При оценке индивидуально-психологических особенностей спортсменов выявлены следующие отличительные признаки подгрупп: подгруппа «звезды» обладает выраженными лидерскими качествами, а также коммуникативными и организаторскими способностями, у спортсменов подгруппы «предпочитаемые» менее выражены лидерские качества, коммуникативные и организаторские способности, баскетболисты

подгруппы «непринятые» имеют низкие коммуникативные и организаторские способности, а также невысокие показатели лидерских качеств. По типу общения – экстравертов больше всех среди представителей подгруппы «предпочитаемые», амбивертированность в общении в большем количестве определяется у «звезды», по типу общения – интроверт большинство в подгруппе «непринятые». Результаты исследования представлены табл. 1.

Показатели эффективности игровых взаимодействий отображены в табл. 2. Полученные результаты свидетельствуют об отсутствии значимых различий в командах ЭГ и КГ по освоению и реализации командных взаимодействий на начало эксперимента.

Программа, направленная на повышение коммуникативных и организаторских способностей баскетболистов, состояла из 15 занятий по 45 мин.

Занятия проводились 1 раз в неделю в форме тренингов в удобное время для учебно-тренировочного процесса. Занятия начинаются с приветствия участниками друг друга, далее идет основная часть занятия, соответствующая теме, и в завершение – подведение итогов. Оптимальное количество спортсменов в группе 10–12 человек.

Цель программы – повышение коммуникативных и организаторских способностей баскетболистов.

Задачи:

- 1) создание в группе атмосферы, способствующей активности и самопроявлению;
- 2) расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения;
- 3) развитие вербальных и невербальных средств общения;
- 4) повышение уровня организаторских способностей.

Таблица 1

Оценка индивидуально-психологических особенностей юных баскетболистов

№ п/п	Индивидуально-психологические особенности	«звезды»	«предпочитаемые»	«непринятые»
		2	3	4
1	Лидерские качества	35 ± 0,3	32 ± 0,7	22 ± 0,2
2	Психологический тип общения:			
	– экстравертированность	24,4 ± 0,5	30,2 ± 0,3	26,3 ± 0,8
	– амбивертированность	24,1 ± 0,8	18,3 ± 0,5	12,3 ± 0,4
	– интровертированность	2,8 ± 0,6	5,8 ± 0,5	8,4 ± 0,5
3	КОС	4,5 ± 0,3	1,5 ± 0,1	0,6 ± 0,3
4	Количество выборов со стороны команды	5,8 ± 1,7	2,7 ± 0,7	0,5 ± 0,2
5	Оценка психологической атмосферы в команде	75 ± 4,0	60,9 ± 4,3	32 ± 3,2

Таблица 2

Сравнительные показатели игровых взаимодействий в командах ЭГ и КГ на начало эксперимента

№ п/п	Показатели игровых взаимодействий	ЭГ	КГ
1	Освоение взаимодействий (количество занятий)	9,8 ± 1,2	9,6 ± 1,2
2	Стабильность выполнения командных взаимодействий (%)	63,5 ± 2,3	60,7 ± 2,9

Тематическое планирование занятий представлено в табл. 3.

Таблица 3

Тематическое планирование занятий повышения коммуникативных и организаторских способностей баскетболистов

№ занятия	Цель занятия	Содержание занятия (упражнения)	Время академ/час
1	2	3	4
1–2	Занятие – индивидуально-групповое. Цель занятия: Изучение индивидуальных особенностей личности, нахождение путей их совершенствования	«Уши мои – локаторы», Ассоциации», «Четыре угла – четыре выбора», «Подарок другу», упражнение на невербальное взаимодействие «Лицом к лицу», упражнение «Всеобщее внимание», упражнение «Дискуссия»	2 ч

1	2	3	4
3–6	Занятие – групповое. Цель занятия: развитие организаторских способностей	Игра «Правильные слова» Игра «Роботы-операторы» Игра «Рисуем картину» Игра «Фирма» «Анализ моментов, на которых мы теряем время», Ассоциативный тест», Доведи меня до конца»	4 ч
7–10	Занятие – групповое. Цель занятия: развитие коммуникативных способностей	Игра «Возьмемся за руки, друзья» Игра «Стыковка» Игра «Связь» Игра «Слепец и поводырь»	4 ч
11–14	Занятие – индивидуально-групповое. Цель занятия: отработка навыков поведения лидера, определение влияния поведения на результаты собственной деятельности в спорте, умение поставить себя на позицию лидера	Упражнение «Если... то» Игра «Лидер это – ...» Упражнение «Круг и я» Упражнение «Большая семейная фотография»	4 ч
15	Занятие – групповое. Цель занятия: подведение итогов программы, самооценка результатов, их сравнительная характеристика. В процессе программы с каждым из участников по мере необходимости проводились индивидуальные беседы, обсуждались проблемы и успехи	Упражнение «Свеча»	1 ч

Таблица 4

Сравнительные показатели игровых взаимодействий
в командах ЭГ и КГ после эксперимента

№ п/п	Показатели игровых взаимодействий	ЭГ	КГ
1	Освоение взаимодействий (количество занятий)	6,5 ± 2,7	8,8 ± 1,2
2	Стабильность выполнения командных взаимодействий (%)	75,2 ± 3	62,1 ± 2,3

После окончания педагогического эксперимента мы получили следующие результаты эффективности игровых взаимодействий, представленные в табл. 4.

В ходе работы выявлена положительная динамика показателей игровых взаимодействий баскетболистов экспериментальной группы. Это отражается в следующих результатах исследования: на освоение командных взаимодействий спортсмены ЭГ затрачивали 6 занятий, тогда как юным баскетболистам КГ требовалось до 8 тренировок. Стабильность командных взаимодействий оказалась выше в ЭГ и составила 75 %, в КГ показатели повысились незначительно и составляют 62 %.

Заключение

Во многих командных видах спорта, а в частности в баскетболе, комплектование игрового состава происходит на основании свойств нервной системы и черт характера спортсменов, однако неотъемлемой частью сыгранности юных спортсменов будет их

психологическая сплоченность. Как показала практика, наличие в команде разногласий в межличностных отношениях спортсменов приводит к низкой сыгранности и стабильности командных действий.

Большую значимость в игровых взаимодействиях играет чувство коллективизма, которое может быть при условии, что все игроки имеют значимость для команды и уверены в своих силах. Таким образом, игроки, обладающие хорошими лидерскими, коммуникативными и организаторскими способностями, не только способны взять ответственность за результаты собственной деятельности, но и несут ответственность за командные действия. Неуверенные в себе игроки, игроки с недостаточным волевым потенциалом личности, баскетболисты с несформированным чувством коллективизма и проблемами самооценки не могут компенсировать какие-либо недостатки групповой деятельности.

Следовательно, выбранные нами формы и методы по совершенствованию коммуни-

кативных и организаторских способностей спортсменов способствуют повышению игровых взаимодействий баскетболистов и являются эффективными.

Список литературы

1. Иванов А.А. Психология чемпиона. Работа спортсмена над собой. М.: Советский спорт, 2012. 112 с.
2. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
3. Короткина Е.Д. Сравнительный анализ социально-психологических характеристик коллектива и команды //

Вестник Санкт Петербургского университета. 2009. Вып. 2. Ч. II. С. 217–220.

4. Гаврилович А.А. Совместимость как показатель межличностных отношений в спортивной команде и эффективности ее деятельности // Исторические и психолого-педагогические науки. Сб. научных статей. Минск, 2017. С. 64–70.

5. Мосина Н.В. Характеристика и учет индивидуально-типологических особенностей, свойств нервной системы спортсменов в учебно-тренировочном процессе // Международный журнал экспериментального образования. 2018. № 6. С. 16–21.

6. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. М.: Генезис, 2005. 336 с.