



Особливості змагальної діяльності кваліфікованих плавців, що спеціалізуються на різних дистанціях у вільному стилі, в залежності від їх психофізіологічних показників

Близнюк Ю. В., Золотарьова О. В.

Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна

Анотація. Досліджувався взаємозв'язок особливостей змагальної діяльності кваліфікованих плавців, що спеціалізуються на різних дистанціях у вільному стилі з особливостями їх нервової системи.

Ключові слова: екстраверт, сила нервової системи, змагальна діяльність.

Вступ. Плавець не завжди в змозі проявити, мобілізувати свої психофізіологічні функції на тому рівні, який необхідний для досягнення максимального результату, або, яку він обрав дистанційна спеціалізація не відповідає його індивідуальним особливостям нервової системи.

У зв'язку з цим особливого значення набуває урахування психофізіологічних особливостей нервової системи висококваліфікованих плавців спеціалізуються на різних дистанціях.

Актуальність справжнього дослідження, визначена необхідністю виявлення психофізіологічних особливостей висококваліфікованих плавців, що дозволяють добиватися більш високого результату на конкретних дистанціях в способі кроль на грудях [1, 2, 3, 4].

Мета дослідження. Визначити взаємозв'язок психофізіологічних особливостей плавців-кролістів високої кваліфікації і їх техніко-тактичної майстерності в залежності від дистанційної спеціалізації в процесі змагальної діяльності.

Завдання дослідження:

1. Виявити психофізіологічні особливості кваліфікованих плавців, що спеціалізуються



в плаванні вільним стилем на різних дистанціях.

2. Визначити техніко-тактичні особливості змагальної діяльності кваліфікованих плавців, що спеціалізуються в плаванні вільним стилем на різних дистанціях.

3. Охарактеризувати ступінь впливу психофізіологічних показників на особливості змагальної діяльності плавців на різних дистанціях у вільному стилі.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводилося в період 2013-2017 року на різних змаганнях в місті Дніпро і місті Харків з групою висококваліфікованих плавців, що спеціалізуються в плаванні способом кроль на грудях. У дослідженні взяли участь 34 спортсмени різної кваліфікації (КМС, МС, МСМК) з різних областей і міст України. З них 14 спортсменів спеціалізувалися на дистанціях 50 і 100 м, 15 плавців на дистанціях 200 і 400 м і 5 плавців спеціалізувалися на дистанції 1500м.

Методи дослідження:

1. Аналіз науково-методичної літератури.
2. Аналіз змагальної діяльності плавців.
3. Дослідження сили нервової системи по відношенню до збудження.
4. Дослідження реакції на звуковий подразник.
5. Дослідження почуття часу.
6. Дослідження можливостей прояву максимальної частоти рухів.
7. Дослідження завадостійкості в процесі розумової діяльності.
8. Анкетування.
9. Методи математичної обробки інформації.

Результати дослідження та їх обговорення. Проведені дослідження свідчать про порівняльну однорідність всіх випробовуваних за ознакою психофізіологічних показників. Так, анкетування по Г.Айзенку, показало переважну більшість екстравертів серед усіх учасників експерименту. Результати дослідження сили нервової системи підтвердили відомі уявлення про те, що середній тип нервової системи в будь-якій випадковій вибірці становить більшість. У нашому дослідженні не виявлено значущі індивідуально-типологічні відмінності між плавцями різних дистанційних спеціалізацій, в той час, як в дослідженнях деяких вчених в циклічних видах спорту, простежується ця залежність. Так, наприклад, вважається загальновизнаним, що більшість спринтерів мають слабку нервову систему, а більшість стаєрів володіють сильною нервовою системою. Також не виявлено залежність техніко-тактичних дій у змагальній діяльності випробовуваних від їх психофізіологічних показників. Можна припустити, що в більшій мірі, ніж, що-небудь інше, впливають на змагальну діяльність, морфо-функціональні особливості плавців і рівень розвитку спеціальних фізичних якостей.



Висновки:

1. У кваліфікованих плавців-кролістів, що спеціалізуються на різних дистанціях, виявлені наступні психофізіологічні відмінності:

- в відсотковому співвідношенні (90/10%) виявилось, що плавців екстравертів більше ніж інтровертів не залежно від дистанційної спеціалізації;

- виявлена тенденція підвищення рівня психічної надійності у плавців в міру зростання їх спортивної майстерності при одночасному зниженні показників тривожності і нейротизму;

- у плавців високої кваліфікації виявлено тісний взаємозв'язок між такими показниками як:

почуття часу і реакція на сильний звуковий подразник;

реакція на слабкий звуковий подразник і результати теппінг-тесту,

результати теппінг-тесту і почуття часу;

2. Більшість спортсменів володіють середнім типом нервової системи, що свідчить про їхню здатність успішно спеціалізуватися на будь-яких дистанціях в будь-якому способі плавання;

- значних психофізіологічних відмінностей в дослідженні висококваліфікованих плавців в залежності від їх дистанційної спеціалізації не виявлено;

- кореляційний аналіз показав відсутність залежності техніко-тактичних показників змагальної діяльності, таких як швидкість подолання окремих ділянок дистанції, темп і «крок плавця» від психофізіологічних особливостей спортсменів;

Перспективи подальших досліджень. Передбачається подальше вивчення даної проблеми з метою перевірки отриманих результатів, тому що вони не в усьому узгоджуються з результатами досліджень в інших циклічних видах спорту.

Список використаної літератури.

1. Александров Ю.И. *Основы психофизиологии: учебник для вузов.* 2013. 538 с.

2. Горбунов И.А. *Диагностические возможности психофизиологических характеристик человека.* дис. на соиск. уч. степ. канд. психол. наук: спец. 1900. 07. 256 с.

3. Гордон С.М., Ильин А.Б. Оценка психической готовности к соревновательной деятельности спортсменов различных специализаций и квалификаций. *Теория и практика физической культуры.* М. 2004. № 2. С. 46-49.

4. Дрижика А.Г. Индивидуализация спортивной тренировки спринтеров с учетом типов нейропсихической реактивности. *Теория и практика физической культуры.* М. 2004. № 10. С. 41-43.