

## ОСОБЕННОСТИ МНЕСТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ И ПОСТСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Гант Е. Е., Сушкова М. В.

Харьковская государственная академия физической культуры

**Аннотация.** Охарактеризованы особенности вербальной памяти спортсменов в условиях соревновательной и постсоревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** память, соревновательный период, постсоревновательный период.

**Анотація.** Гант О. Е., Сушкова М. В. Особливості мнестических функцій спортсменів в умовах змагальної та післязмагальної діяльності. Охарактеризовано особливості вербальної пам'яті спортсменів в умовах змагальної та післязмагальної діяльності.

**Ключові слова:** пам'ять, змагальний період, післязмагальний період.

**Abstract.** Gant H., Sushkova M. Sportsmen mnestic functions' features in conditions of contest and postcontest functioning. We characterize the features of verbal memory in terms of competitive athletes and post-competition activity.

**Key words:** memory, competition, post-competition.

**Постановка проблемы и анализ последних исследований.** Изучение продуктивности когнитивных функций как составляющей психического здоровья приобретает сегодня все большую актуальность в связи с повышением требований к эффективности интеллектуальной деятельности во всех сферах функционирования общества, и в спортивной деятельности в частности [1; 4]. Память является необходимой составляющей полноценной деятельности человека, а производительность мнестических функций, с одной стороны, обеспечивает высокую результативность в спорте, с другой, выступает показателем психической работоспособности спортсменов [2; 7]. Повышение уровня спортивного мастерства обеспечивается наращиванием объемов и интенсивности тренировочных нагрузок, что доказывает ключевую роль психологического здоровья спортсменов как фактора успешного преодоления ими экстремальных ситуаций соревновательной деятельности и успешной самореализации в спорте [5; 6]. Неоспоримое значение проблемы продуктивности мнестических функций спортсменов как показателя психической работоспособности и недостаточное ее освещение обусловили актуальность нашего исследования.

**Цель работы:** изучить особенности продуктивности мнестических функций спортсменов в условиях соревновательной и постсоревновательной деятельности как показателя психической работоспособности.

### Задачи:

1. Провести теоретический анализ проблемы продуктивности мнестических функций у спортсменов.
2. Изучить особенности функций вербальной памяти у спортсменов.
3. Исследовать динамику продуктивности мнестических функций у спортсменов в условиях соревновательной и постсоревновательной деятельности.

Изложение основного материала. В исследовании приняли участие 26 спортсменов (16 юношей, 13 девушек), которые занимаются спортивным туризмом (скалолазание). Первая стадия эксперимента проходила в условиях соревновательной деятельности; изучение особенностей когнитивных функций

проводилось непосредственно после завершения этапа спуска по скале. Второй этап исследования проходил в постсоревновательный период (через десять дней после соревнований), в естественных лабораторных условиях. Использовалась методика «Запоминание 10 слов», которая позволила оценить объем непосредственной и долговременной памяти, особенности процесса запоминания, наличие вербальных контаминаций и повторений у обследованных спортсменов [3].

Согласно результатам нашего исследования, у спортсменов-скалолазов объемы вербальной кратковременной и долговременной памяти в период соревновательной деятельности были достоверно ниже ( $t=3,77$ ;  $p<0,001$ ), чем в постсоревновательном периоде.

Анализ «кривых запоминания», которые отображают уровень психической работоспособности, показал, что у спортсменов в период соревнований в целом сохранена произвольная регуляция деятельности, однако продуктивность произвольного запоминания вербального материала в условиях соревнований была достоверно ниже, чем в постсоревновательный период ( $p<0,001$ ).

У 82,87 % обследованных спортсменов в условиях соревновательной деятельности имеют место легкие нарушения вербальной памяти в виде сужения объемов и снижения прочности запоминания, а также в виде снижения продуктивности произвольного запоминания вербального материала.

Таким образом, у обследованных спортсменов в условиях соревновательной деятельности имеют место легкие дефекты кратковременной и долговременной вербальной памяти, некоторое снижение продуктивности запоминания. Также отмечаются такие мнестические нарушения, как дефекты селективности в виде вербальных контаминаций и повторов, которые чаще имели место при непосредственном воспроизведении. Данные мнестические нарушения у спортсменов имели функциональный характер и подвергались редукции в постсоревновательном периоде.

### Выводы:

1. Для 82,87 % обследованных спортсменов соревновательная деятельность характеризуется

## ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ СТУДЕНТІВ І МАГІСТРАНТІВ

снижением продуктивности мнестических функций и психической работоспособности.

2. Снижение продуктивности мнестических функций происходило за счет сужения объемов непосредственной и долговременной памяти, снижения продуктивности процесса запоминания, наличия

вербальных контаминаций и повторений.

3. Дефекты памяти у обследованных спортсменов в период соревновательной деятельности носили функциональный характер и поддавались редукции в постсоревновательном периоде.

### **Литература:**

1. Бахтеева Т. Д. Охорона психічного здоров'я дітей і підлітків в Україні: час порозуміння та об'єднання зусиль / Бахтеева Т. Д. // Здоров'я України. – К., 2008. – Вип. 22–23. – С. 22–24.

2. Бойко Г. М. Психологічне здоров'я як фактор успішної особистості та професійної самореалізації спортсменів-інвалідів / Бойко Г. М. // Основи здоров'я і фізична культура: [всукраїнський науково-методичний щомісячний журнал]. – Київ, 2007. – Вип. 3. – С. 21–25.

3. Бурлачук Л. Ф. Словарь-справочник по психологической диагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб. : ПитерКом., 1999. – 528 с.

4. Гант О. Є. Особливості психічної працездатності дітей середнього шкільного віку в умовах змагальної та постзмагальної діяльності / Гант О. Є. // Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук.-теорет. журнал]. – Харків: ХДАФК, 2011. – № 2. – С. 215–218.

5. Самойлов М. Г. Психологічна стійкість як основний чинник подолання негативного впливу на психіку спортсменів екстремальних ситуацій / Самойлов М. Г. // Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук.-теорет. журнал]. – Харків, 2010. – Вип. 1. – С. 146–149.

6. Сопов В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / Сопов В. Ф. – М. : Трикста, 2005. – 128 с.

7. Штых В. А. Факторы психического здоровья спортсменов / Штых В. А. // Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук.-теорет. журн.]. – Харків, 2010. – Вип. 1. – С. 162–165.