

ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ НА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ПОКАЗНИКИ У ЗМАГАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Мельник А. Ю.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Вивчається вплив психоемоційного стану волейболістів на індивідуальні техніко-тактичні показники у змагальній діяльності. Запропоновано підхід для оцінки психоемоційного стану гравців, який заснований на дослідженні кількісних та якісних характеристик їх спілкувань на майданчику під час гри. З використанням цієї методики був проведений аналіз ігрових дій та спілкувань зв'язуючого гравця чоловічої команди «Локомотив» (Харків) у чемпіонаті волейбольної суперліги України. Аналіз показав наявність певної кореляції між ефективністю виконання техніко-тактичних дій та психоемоційним станом цього волейболіста.

Ключові слова: психоемоційний стан, змагальна діяльність, зв'язуючий гравець, методика.

Аннотация. Мельник А. Ю. Изучение влияния психоэмоционального состояния волейболистов на технико-тактические показатели в соревновательной деятельности. В статье изучается влияние психоэмоционального состояния волейболистов на индивидуальные технико-тактические показатели в соревновательной деятельности. Предложен подход для оценки психоэмоционального состояния игроков, который основан на исследовании количественных и качественных характеристик их общений на площадке во время игры. С использованием этой методики был проведен анализ игровых действий и общений связующего игрока мужской команды «Локомотив» (Харьков) в чемпионате волейбольной суперлиги Украины. Анализ показал наличие определенной корреляции между эффективностью выполнения технико-тактических действий и психоэмоциональным состоянием этого волейболиста.

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние, соревновательная деятельность, связующий игрок, методика.

Abstract. Mel'nik A. Study of influence of the psychoemotional state of volleyballers on technique-tactical indices in competition activity. The influence of the psychoemotional state of volleyballers on individual technique-tactical indices in competition activity studied in the article. The approach for estimate of the psychoemotional state of players, which based on researching quantitative and qualitative characteristics of their intercourses on a ground during play, is proposed. The playing actions and intercourses of the game leader of male team «Locomotive» (Kharkov) in competitions of national volleyball super league is analyzed with the use of this method. The analysis reveals the occurrence of certain correlation between efficiency of performing technique-tactical actions and psychoemotional state of these volleyballers.

Key words: psychoemotional state, competition activity, game leader, method.

Вступ. Важливою проблемою сучасного волейболу є підвищення ефективності техніко-тактичних дій гравців, як в умовах тренувального процесу, так і змагальної діяльності. Досягнення високої фізичної, технічної, тактичної підготовленості, а також успішний виступ в різних змаганнях неможливий без високого рівня розвитку певних психологічних та морально-вольових якостей волейболістів [1; 2]. Тому різні аспекти психологічної підготовки волейболістів відіграють важливу роль в удосконаленні їх майстерності. Чим відповідальніші змагання, тим напруженіше спортивна боротьба, тим більшого значення набуває психоемоційний стан, як кожного волейболіста, так і всієї команди в цілому [8].

Для оцінки морально-психологічної підготовленості спортсменів у командах існують методи, які засновані на традиційних підходах з використанням відповідних наборів спеціальних тестів або анкетувань з подальшим аналізом отриманих результатів. Однак в умовах змагальної діяльності ці методи практично не дають позитивних результатів, бо неспроможні передбачити всі можливі ігрові ситуації, зустрічають очевидне несприйняття та відсутність відповідної відвертості з боку спортсменів.

Психоемоційний стан волейболістів під час змагальної діяльності може бути досліджений за допомогою прийомів візуальної психодіагностики, основним

методом якої є спостереження за поведінкою спортсмена [5; 7; 9]. Різноманітні прийоми та методики спостереження дозволяють зрозуміти внутрішній сенс тих чи інших зовнішніх проявів психічних станів і якостей особистості спортсмена [5]. До них можна віднести: колір обличчя, потовідділення, тремор пальців рук, стан і рух очей та ін. Тому уважні спостереження за гравцями під час змагань дають змогу визначити їх психологічний стан. Визначити різні особливості зовнішнього прояву емоційного стану можна за мімікою, пантомімікою, за вокальним виразом мови, за «дис-танцією» спілкування. До найбільш розповсюджених емоційних проявів можна віднести радість, подив, відразу, гнів, сором, відчуття вини, острах, тривогу та ін. [3]. У науковій літературі розроблено багато методів діагностики психоемоційного стану людини та на жаль більшість цих методик не можуть бути використані в умовах спортивних змагань та навіть тренувань волейболістів [6].

Великий інтерес з практичної точки зору для тренерів волейбольних команд являють дослідження впливу психоемоційного стану волейболіста на техніко-тактичні показники, які прийнято використовувати для аналізу якості його ігрової діяльності [5]. Цьому питанню приділено ще недостатньо уваги в існуючій науково-методичній літературі, присвяченій проблемі волейболу.

Метою даної роботи є вивчення зв'язку між психоемоційним станом волейболістів та їх техніко-тактич-



ними показниками у процесі змагальної діяльності.

Результати дослідження та їх обговорення. У літературі, яка присвячена обговоренню даної проблеми, загальноприйнятій методикі оцінки емоційного стану волейболістів не існує [5]. Тому в роботі ми будемо використовувати, на наш погляд, найбільш прийнятну методикі, в основі якої лежить спостереження за спілкуванням гравців під час змагальної діяльності (наприклад, методика, яку запропонував Ю. Л. Ханін [7]). Такий підхід до оцінки психоемоційного стану волейболістів за кількістю та якістю його спілкувань є найбільш об'єктивним і інформативним та не дуже складним у практичному використанні.

У відповідності з якісною характеристикою пропонується розглядати три типи спілкування гравців на майданчику протягом змагань, які відповідають різним ігровим ситуаціям і є зрозумілими для фахівців волейболу: підбадьорюючі, установчі та критичні (негативні). Такі тлумачення запропонованої термінології відповідають фактичним емоційним проявам в поведінці гравців: підбадьорюючі спілкування включають позитивні оцінки дій та поведінки партнерів (прояв доброзичливості, схвалення, заспокоєння, підтримки та допомоги); установчі – розкривають сенс спілкування, наприклад, більш досвідчений гравець радить, що саме слід робити у тій чи іншій ігровій ситуації, зв'язуючий гравець подає знак, до якої комбінації слід бути готовим. Критичні спілкування, як правило, негативно впливають на ігрові дії та збільшують емоційне напруження в команді.

Аналіз кількості та характеру ігрових спілкувань з метою дослідження психоемоційного стану волейболістів проводився в якості приклада для зв'язуючого гравця, який виконує диспетчерські функції в чоловічій команді «Локомотив» (Харків) – учасниці чемпіонату волейбольної суперліги та кубку України і розіграшу європейських кубків. У табл. 1 наведені отримані дані відносно спілкувань згаданого вище гравця при аналізі довільно обраної гри між командами «Локомотив» (Харків) та «Локомотив» (Київ) у чемпіонаті України. Запис того чи іншого типу спілкування позначався «зірочкою» у певній графі 2, 3 та 4 колонки.

Аналізуючи інформацію, аналогічну наведеній у табл. 1, треба приймати до уваги, що збільшення кількості критичних спілкувань гравців відносно звичного «натурального фону», при якому волейболіст зазвичай діє найефективніше, свідчать про очевидні ознаки збудження. Перевага ж установчих та підбадьорюючих спілкувань, навпаки, свідчить про те, що гравець свідомо контролює свої емоції. Таким чином, можна визначити психоемоційний стан волейболіста в різні моменти гри.

З табл. 1 можна зробити висновок про існування певного зв'язку між кількістю спілкувань та рівнем емоційної напруженості, як гравця, за яким велось

спостереження, так і команди у розглядуваній грі, про що свідчать рахунки в партіях. Дійти такого висновку можна, приймаючи до уваги, що зв'язуючий гравець є центральною фігурою в реалізації тактичного плану гри, і досягнення команди у значній мірі залежить від його майстерності та емоційної стійкості. Аналіз отриманих результатів спостережень показує також, що рівень емоційної напруженості цієї гри не носить негативного характеру, оскільки кількість критичних спостережень невелика (у першій партії зафіксовано два спостереження, в другій – тільки одне, а в третій партії вони повністю відсутні). До того ж всі партії закінчилися перемогою харків'ян, причому друга та третя партії – з досить великою перевагою.

Для визначення якісної оцінки психоемоційного стану гравця нами запропоновано брати до уваги те, що критичні спілкування свідчать про нервові збудження та роздратованість гравців, що має негативний вплив на їх емоційний стан, підбадьорюючі – характеризують врівноваження та впевненість у діях під час гри, а установчі – сприяють заспокоєнню, розсудливості в складних ігрових ситуаціях. Для того, щоб врахувати вказані емоційні відмінності у різних типах спілкувань, нами введені «коефіцієнти специфічності» (КС) по трибальній шкалі. Оскільки критичні спілкування негативно впливають на психоемоційний стан гравців, що головним чином призводить до помилок в їх діях та програшу очок, їм надається найвищий КС, який дорівнює 3. Що стосується підбадьорюючих та установчих спілкувань, які в основному позитивно впливають на результат гри, їм надаються значення КС=2 та КС=1 відповідно.

Будемо визначати інтегральний показник якості спілкування (ПЯС) наступною формулою:

$$ПЯС = \sum_{i=1}^3 n_i K_i,$$

де:

n_i та K_i – кількість та значення КС i -го типу спілкувань (індекс $i=1, 2, 3$ позначає установчі, підбадьорюючі, критичні спілкування відповідно).

З практичної точки зору більш інформативними є показники якості спілкування (будемо називати їх α_i -факторами), які визначають відносні внески кожного типу спілкувань,

$$\alpha_i = n_i K_i / ПЯС$$

Очевидно, що сума цих факторів дорівнює одиниці ($\sum_{i=1}^3 \alpha_i = 1$).

У табл. 2 наведені результати розрахунків інтегрального показника якості спілкування ПЯС та α_1 , α_2 , α_3 -факторів зв'язуючого гравця, які були обчислені по наведеним вище формулам, з використанням от-

Таблиця 1

Бланк запису спілкувань зв'язуючого гравця команди «Локомотив» (Харків)

№ партії	Установчі	Підбадьорюючі	Критичні	Підсумкова кількість	Рахунок в партіях
1	****	*****	**	11	25:23
2	**	***	*	6	25:17
3	*	****	-	5	25:14

риманих даних у табл. 1 та обраних нами значень коефіцієнтів $K_1=1$, $K_2=2$, $K_3=3$.

Як впливає з результатів табл. 2, найбільш емоційно насиченою є перша партія матчу, оскільки значення ПЯС=20 приблизно у два рази більше, ніж у другій та третій, що і не дивно, оскільки в цій партії, судячи по її рахунку, мала місце доволі уперта боротьба за перемогу. У першій партії найбільший внесок у ПЯС (на рівні 50 %) дали підбадьорюючі спілкування в той час, як внесок критичних спілкувань, які свідчать про емоційне збудження, був доволі низьким (відповідне значення α_3 -фактора – 30 %). Приймаючи до уваги значення α_3 -фактора в інших партіях, можна також зробити висновок про низький рівень емоційного збудження гравця, за яким проводилось спостереження.

Таблиця 2
Коефіцієнти якості спілкування зв'язуючого гравця

№ партії	ПЯС	α_1	α_2	α_3
1	20	0,20	0,50	0,30
2	11	0,18	0,55	0,27
3	9	0,11	0,89	0

Таким чином, визначений нами α_i -фактор відіграє важливу роль в оцінці психоемоційного стану, оскільки дозволяє кількісно оцінити рівень емоційного збудження гравців під час змагань.

Для визначення впливу психоемоційного стану волейболістів на техніко-тактичні показники у змагальній діяльності нами було проаналізовано спілкування зв'язуючого гравця харківського «Локомотиву» у п'ятьох іграх національного чемпіонату. В табл. 3 наведені сумарні значення ПЯС у кожній грі, які були обчислені нами, та відповідні техніко-тактичні показники ігрових дій цього гравця (за методикою запропонованою в [4]), значення яких були отримані з архівів Комплексної наукової групи волейбольного клубу «Локомотив».

У результатах, наведених у табл. 3, спостерігається

Література:

1. Беляев А. В. Волейбол: теория и методика тренировки / А. В. Беляев, Л. В. Булькина. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 184 с.
2. Вайнштейн А. Є. Аналіз ефективності передач на удар у волейболі / А. Э. Вайнштейн, В. К. Лисянский, С. В. Щавинський // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2002. – № 5. – С. 65–68.
3. Изард К. Е. Психология эмоций / К. Е. Изард / [Пер. с англ.]. – СПб. : Питер, 2002. – 464 с.
4. Лисянский В. К. Керування тренувальним і змагальним процесом волейболістів високої кваліфікації за допомогою системи педагогічних спостережень: методичний посібник / В. К. Лисянский, Є. П. Волков. – Х. : ФВУ, 2002. – 18 с.
5. Лисянский В. К. Психодиагностика как важная часть тренировочного процесса / В. К. Лисянский, Е. В. Лисянская // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2003. – № 6. – С. 173–178.
6. Методики психодиагностики в спорте: учебное пособие / [под ред. Маришук В. Л., Блудов Ю. М., Плахтиенко В. А., Серова Л. К.]. – 2-е изд. доп. и испр. – М. : Просвещение, 1990. – 256 с.
7. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.
8. Хапко В. Е. Совершенствование мастерства волейболистов / В. Е. Хапко, В. Н. Маслов. – К. : Здоров'я, 1990. – 128 с.
9. Щекин Г. В. Визуальная психодиагностика и ее методы: учебно-методическое пособие. Часть 2. Методы визуальной психодиагностики / Г. В. Щекин. – К. : ВЗУУП, 1992. – 112 с.

Автор виражає подяку Комплексній науковій групі харківського волейбольного клубу «Локомотив» за можливість використання в цій роботі статистичних матеріалів з її архівів.

Таблиця 3

Взаємозв'язок психоемоційних та техніко-тактичних показників

Техніко-тактичні показники (умовні бали)	65,0	64,1	61,1	69,7	60,4
ПЯС	50	50	55	46	56

ся наступна тенденція – значення техніко-тактичних показників зменшується при зростанні значення інтегрального ПЯС. Але аналіз цих даних відносно α_3 -фактора показує менш виразний зв'язок між цими показниками (значення α_3 -фактора в усіх випадках приблизно дорівнює 30 %). Це обумовлено тим, що проаналізовані ігри закінчилися досить впевненою перемогою харків'ян та не відзначалися помітним емоційним напруженням, що дало змогу зв'язуючому гравцю продемонструвати доволі високий рівень якості організації атакуючих дій команди.

Висновки. У роботі зроблена спроба виявити зв'язок між психоемоційним станом волейболістів та індивідуальними техніко-тактичними показниками в процесі змагальної діяльності. Для досягнення цієї мети була запропонована методика для оцінки психоемоційного стану гравців, яка заснована на дослідженні кількісних та якісних характеристик їх спілкувань на майданчику під час гри. Важливими складовими цієї методики є визначені в роботі інтегральний показник якості спілкування та α_i -фактори. Аналіз ігрових дій та спілкувань зв'язуючого гравця чоловічої команди «Локомотив» (Харків) у змаганнях чемпіонату України, проведений з використанням цієї методики, показав наявність певної кореляції між ефективністю виконання техніко-тактичних дій та психоемоційним станом цього волейболіста.

Перспективи подальших досліджень. Для більш детального визначення можливостей запропонованої методики та перевірки достовірності отриманих за її допомогою результатів аналізу необхідно провести обробку статистичного матеріалу більш великого обсягу, що стосується як кількості залучених в аналіз ігор, так і відповідної інформації, пов'язаної з ігровою діяльністю гравців інших амплуа.