

*УПРАВЛІНСЬКІ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ, СОЦІОЛОГІЧНІ, ФІЛОСОФСЬКІ ТА  
ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ*

**ВАЛЮХ Е. В.**

**ГАНТ Е. Е.**, к. психол. н.

*Харківська державна академія фізичної культури*

### ЕМОЦІЙНИЙ СТАН СПОРТСМЕНІВ БАЛЬНИХ ТАНЦІВ 7–10 РОКІВ

**Анотація.** *Проведено психодіагностичне дослідження 60 спортсменів 7–10 років, які займаються спортивними бальними танцями, з метою вивчення ефективної міжособистісної взаємодії у спортивній бальній парі. Установлено, що емоційний стан найчастіше характеризується підвищеним або високим рівнем тривожності.*

**Ключові слова:** *бальні танці, спортсмени, молодший шкільний вік, емоційний стан, тривожність.*

**Вступ.** У спортивній парі партнери об'єднані спільною справою і метою, проводять разом досить багато часу, дізнаються про переваги та недоліки один одного, прагнуть отримувати радість від спілкування і в той же час нерідко конфліктують в процесі спільної роботи, але в науково-методичній літературі мало інформації про спортивні танці, і ще менше про психологію в них [1–5]. Тому вивчення ефективної міжособистісної взаємодії у спортивній бальній парі у дітей 7–10 років, день є актуальною.

**Мета роботи** – вивчення ефективної міжособистісної взаємодії у спортивній бальній парі, на основі дослідження особливостей емоційного стану спортсменів 7–10 років, які займаються спортивними бальними танцями.

Для досягнення мети, вирішувалися наступні **завдання**: провести теоретичний аналіз проблеми формування ефективної міжособистісної взаємодії у спортивній парі, зокрема у юних спортсменів, які займаються спортивними бальними танцями; вивчити емоційної міжособистісної взаємодії у спортсменів 7–10 років, які займаються спортивними бальними танцями.

**Матеріал і методи дослідження.** У дослідженні взяли участь 60 школярів 7–10 років, які займаються спортивними бальними танцями (м. Харків).

В роботі використовували теоретичні та емпіричні методи. Психодіагностичний метод реалізовано за допомогою методики «Діагностика тривожних станів у дітей» [6].

**Результати дослідження.** Згідно результатів методики «Діагностика тривожних станів у дітей», у 3 (5,00%) дітей має місце низький рівень тривожності, з них 1 (3,13%) дівчинка, та 2 (7,14%) хлопчика. Спортсмени, що володіють низьким рівнем тривожності, більшою мірою приймають себе та інших людей, відчувають позитивні почуття при соціальній взаємодії, а також у меншій мірі прагнуть домінувати над оточенням і уникати проблем. Нормальний рівень тривожності мав місце у 9 (15,00%) дітей, 3 (9,38%) з яких – дівчата, та 6 (21,42%) – хлопці. Деяко підвищений рівень відмічався у 13 (21,67%) дітей, серед яких – 8 (25,00%) дівчат, та 5 (17,85%) – хлопців; явно підвищений рівень тривожності було виявлено серед 18 (30,00%) дітей, 11 (34,37%) з яких – дівчата, а 7 (25,00%) – хлопці. Діти з підвищеною тривожністю набагато частіше впадають в стан тривожності і занепокоєння. У них частіше, ніж у інших дітей, зустрічаються страхи, у тому числі і нав'язливі (фобії). Підвищена тривожність у молодших школярів в більшості випадків поєднується з іншими психологічними проблемами. Дуже часто такі спортсмени страждають низьким рівнем самооцінки. У колективі однолітків вони займають другорядні ролі, або стають замкнутими в собі, і воліють грати окремо від інших. Звичайно дорослі характеризують тривожних дітей, як скромних, сором'язливих, хвалять їх за хорошу поведінку і ставлять у приклад іншим, більш непосидючим одноліткам. При батьках, педагогах та інших людях дитина з підвищеним рівнем тривожності поводить себе скромно і стримано, зазвичай намагається не робити зайвих рухів і не привертати до себе уваги, вона воліє не зустрічатися поглядом з дорослими, а дивитися в підлогу. Дуже високий рівень тривожності було встановлено у 9 (28,13%) дівчат, та 8 (28,57%) хлопців, що складає 16 (26,67%) осіб. Діти, які володіють високим рівнем тривожності, меншою мірою соціально адаптовані, ніж школярі з низькою тривожністю. При високій тривожності у молодших школярів часто зустрічаються неврози, які проявляються в різних нав'язливих думках і рухах, фобіях. Такі діти часто гризуть нігті, висмикують волосся у себе на голові, займаються онанізмом. Всі ці дії працюють для дитини, як ритуали: вони допомагають зняти емоційну напругу, тривожність, і на час заспокоїтися. Високий рівень тривожності негативно впливає на результат діяльності. Відзначається кореляція тривожності з властивостями особистості, від яких залежить навчальна успішність.

Основними причинами, які призводять до виникнення високої тривожності, є: занадто великі навантаження на учнів, які взагалі дуже характерні для сучасної школи; нездатність дитини справлятися зі шкільною програмою взагалі, або з окремими предметами; неадекватність з боку батьків, які змушують дитини «стати відмінником», вважають його «найкращим» і постійно лають з іншими батьками та педагогами, або, навпаки, вважають його «бездарем і розгільдяєм» і постійно лають; негативне ставлення з боку класних педагогів; неприйняття з боку однолітків; погані відносини в дитячому колективі; часта зміна колективу, вчителів; часті контрольні та іспити, і взагалі – часті ситуації, в яких учня оцінюють.

**Висновки.** Емоційний стан спортсменів 7–10 років, які займаються спортивними бальними танцями, найчастіше характеризується підвищеним або високим рівнем тривожності.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці та обґрунтуванні на практиці системи спрямованих вправ, щодо формування ефективної міжособистісної взаємодії у спортивній бальній парі (для спортсменів молодшого шкільного віку).

#### Список використаної літератури:

1. Артемьева Г.П. Учёт совместимости двигательной деятельности партнёров при подборе пар в спортивных танцах / Г.П. Артемьева // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Наук. моногр. за ред. проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – №3. – С. 9–11.
2. Гант Е.Е. Характеристика коммуникативных особенностей спортсменок высокой квалификации / Е.Е. Гант // Матеріали ХХІІ міжнародної науково-практичної конференції Інформаційні технології: Наука, техніка, технологія, освіта, здоров'я (MicroCAD-2014), НТУ «Харківський політехнічний інститут» 21–23 травня 2014 р. – С. 56
3. Гант О.Є. Особистісні характеристики спортсменів 7–10 років, які займаються спортивними бальними танцями діяльності / О.Є. Гант, Е.В. Валюх // Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури. – Харків: ХДАФК, 2014. – №2. – С. 32–36
4. Воронова В. Детерминанты успешности пар в спортивном танце / В. Воронова, И. Сорочевич, Е. Спасивых // Проблемы теории и методики физической культуры и спорта, валеологии и безопасности жизнедеятельности. сб. науч. ст. – Воронеж, 2013. – С. 82–90
5. Жаворонкова И.А. Совершенствование толерантных отношений в танцевальном спорте / И.А. Жаворонкова // Духовное возрождение. Вып. ХХІ. – Белгород, 2005.
6. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. – СПб. : Питер Ком, 1999. – 528 с.