

Sciences Research and Technology support. SCITEPRESS. P. 156-160 (Scopus).

17. Kuznetsov A., Mutaeva I., Kuznetsova Z., 2017. Diagnostics of Functional State and Reserve

Capacity of young Athletes' Organism. In *Proceedings of the 5th International Congress on Sport Sciences Research and Technology support*. SCITEPRESS. P. 111-115 (Scopus).

Подано: 28.05.2018

Анисимова Елена Александровна – кандидат педагогических наук, доцент, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», 432700 г. Ульяновск, Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4, [e-mail: lena-d-71@mail.ru](mailto:lena-d-71@mail.ru)

Новикова Елена Михайловна – учитель физической культуры, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», 432700 г. Ульяновск, Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4, [e-mail: elenovik.73@mail.ru](mailto:elenovik.73@mail.ru)

Катенков Андрей Николаевич – аспирант, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», 432700 г. Ульяновск, Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4, [e-mail: kot-902@mail.ru](mailto:kot-902@mail.ru)

DOI 10.14526/2070-4798-2018-13-3-25-32

УДК: 796.32.071.5

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ БАСКЕТБОЛИСТОК КАК ФАКТОР ЭФФЕКТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Березина Л.А.¹, Быстрова О.Л.¹, Немытов Д.Н.

¹ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», Россия, г. Ульяновск,

berezinalar@yandex.ru, leons66@mail.ru, nemytoff@gmail.com

Аннотация. С каждым годом уровень спортивных результатов в женском баскетболе возрастает, ресурсы технического и биологического порядка близки к исчерпанию, и одним из путей поиска решения является использование психических резервов. В этой связи одной из важнейших задач тренировочного процесса баскетболисток является не только повышение результативности тактических взаимодействий баскетболисток, но и учёт индивидуально-психологических особенностей партнеров при комплектовании состава команды. **Материал.** Предложен новый подход к повышению тренировочной и соревновательной деятельности высококвалифицированных баскетболисток. Разработана экспериментальная методика, основанная на комплексе индивидуально-психологических и личностных особенностей баскетболисток при комплектовании игрового состава, обуславливающих успешность игровой деятельности. **Методы исследования:** анализ и систематизация научной и научно-методической литературы, обобщение передового педагогического опыта специалистов-тренеров по баскетболу, педагогический эксперимент, тестирование, статистическая обработка данных. **Результаты.** В статье предлагается методика комплектования игрового состава баскетбольной команды с учётом психологической совместимости. Содержание методики подразумевает

реализацию следующих положений: выявление индивидуально-психологических и личностных особенностей баскетболисток; изучение характера сочетания баскетболисток при взаимодействии в игровых звеньях; выявление критериев совместимости индивидуально-психологических и личностных особенностей спортсменок. **Заключение.** Результаты педагогического эксперимента показали целесообразность и эффективность применения данной методики, использование которой обеспечивает наиболее целостный подход в комплектовании игрового состава баскетбольной команды, что позволило существенно улучшить показатели соревновательной деятельности квалифицированных спортсменок.

Ключевые слова: баскетбол, педагогически эксперимент, соревновательная деятельность, комплектование состава, психологическая совместимость.

Для цитирования: Березина Л.А., Быстрова О.Л., Немытов Д.Н. Психологическая совместимость баскетболисток как фактор эффективности соревновательной деятельности. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2018; 13(3): 25-32. DOI 10.14526/2070-4798-2018-13-3-25-32.

PSYCHOLOGICAL COMPATIBILITY OF FEMALE BASKETBALL PLAYERS AS THE FACTOR OF COMPETITIVE ACTIVITY EFFECTIVENESS

Berezina L.A.¹, Bystrova O.L.¹, Nemytov D.N.

¹*Federal State Budgetary Educational Establishment of Higher Education "Ulyanovsk State Pedagogical University Named After I.N. Ulyanov», Russia, Ulyanovsk,
berezinalar@yandex.ru, leons66@mail.ru, nemytoff@gmail.com*

Annotation. Every year the level of sports results in female basketball increases, technical and biological resources are close to disappear and one of the ways of searching for the reserves is psychic reserves use. One of the most important training process objectives among female basketball players is not only the effectiveness of tactical interactions increase, but also taking into consideration individual-psychological peculiarities of partners during team composition formation. **Material.** A new approach is offered to training and competitive activity of highly-qualified female basketball players. The experimental methodology is formed, which is based on the complex of individual-psychological and personal peculiarities of female basketball players during team composition formation and which condition the success of playing activity. **Research methods:** scientific and scientific-methodical literature analysis and systematization, progressive pedagogical experience of basketball trainers summarizing, pedagogical experiment, testing, statistical data handling. **Results.** The article offers the methodology of basketball team content formation, taking into account psychological compatibility. The content of the methodology provides the following items realization: female basketball players' individual-psychological and personal peculiarities revelation; the character study of female basketball players' combination during interaction in game parts; compatibility criteria revelation between individual-psychological and personal characteristics of the athletes. **Conclusion.** The results of pedagogical experiment showed the expediency and effectiveness of this methodology application, the use of which provides more integral approach to basketball team content formation and it helped to improve competitive activity indices among qualified female athletes.

Keywords: basketball, pedagogical experiment, competitive activity, team content formation, psychological compatibility.

For quotation: Berezina L.A., Bystrova O.L., Nemytov D.N. Psychological compatibility of female basketball players as the factor of competitive activity effectiveness. The Russian Journal of Physical Education and Sport. (Pedagogical-psychological and medical-biological problems of physical culture and sport). 2018; 13(3): 25-32. DOI 10.14526/2070-4798-2018-13-3-25-32.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Баскетбол является одним из интеллектуальных видов спорта. Соревновательная деятельность игры протекает в экстремальных условиях, требующих от личности больших физических, моральных и психологических усилий [2]. В этой связи одной из важнейших задач тренировочного процесса баскетболистов является не только повышение результативности тактических взаимодействий, поиск путей наиболее эффективного формирования навыков в организации действий, но и учёт индивидуально-психологических особенностей партнеров при взаимодействии [3].

До недавнего времени исследование путей повышения игровой деятельности было связано в первую очередь с учетом анатомо-физиологических, антропометрических и физических характеристик, а также их технико-тактической подготовленности. Сейчас становится все более очевидным, что изучение данных психологических особенностей спортсменов является одним из детерминирующих факторов при комплектовании игрового состава команды в зависимости от игрового амплуа [6]. Проблемная ситуация заключается в следующем: в баскетболе существует рассогласованность действий в соревновательной деятельности, одной из причин которой является отсутствие психологической совместимости игроков. В связи с этим нами были выявлены критерии психологической совместимости баскетболистов, учет которых при комплектовании игрового состава баскетбольных команд позволит повысить качество игры и ее результативность.

Цель данной работы заключается в разработке методики по выявлению критериев психологической совместимости в женской баскетбольной команде для рационального комплектования игрового состава.

Задачи:

1. Выявить индивидуально-психологические и личностные особенности игроков и их сочетания между партнерами.

2. Установить критерии совместимости индивидуально-психологических и личностных особенностей баскетболистов, обуславливающие сыгранность команды.

3. Разработать и экспериментально обосновать методику комплектования игрового состава женской баскетбольной команды с учетом психологической совместимости.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В научной и научно-методической литературе ведущими специалистами [1, 4, 5, 6] психологическая подготовленность игроков рассматривается как одна из ведущих составляющих стабильности и эффективности выступления команд в соревнованиях. Деятельность спортсмена в баскетболе протекает в постоянно меняющихся остроконфликтных ситуациях, которые характеризуются сложностью принятия решения в различных игровых ситуациях, и именно тактические и психологические способности спортсмена являются ведущими для игровой деятельности, а в условиях равенства физической и технической подготовленности имеют доминирующее значение.

В ходе исследования были выявлены индивидуально-психологические и личностные особенности спортсменов, влияющие на процесс комплектования игрового состава команды (оценка быстроты и точности мыслительных операций баскетболистов по методике А.В. Родионова, тест Айзенка для определения наглядно-образного, словесно-логического и наглядно-действенного мышления, методика Горбова Ф.Д. для изучения переключения внимания баскетболистов, выявление типа темперамента), а также психотип спортсменов. Для подтверждения эффективности взаимодействий

баскетболисток при комплектовании игрового состава команды использовались следующие показатели: длительность освоения взаимодействий и стабильность выполнения взаимодействий.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для проверки эффективности методики комплектования игрового состава баскетболисток на основе выявления критериев психологической совместимости нами был проведен педагогический эксперимент с участием 24 квалифицированных баскетболисток 17-22

лет. Были организованы контрольная (КГ – 12 человек) и экспериментальная (ЭГ – 12 человек) группы, имеющие примерно одинаковый уровень технико-тактической подготовленности. Кроме того, оценивались показатели соревновательной деятельности.

В начале педагогического эксперимента было выявлено, что показатели быстроты мыслительных операций у баскетболисток ЭГ и КГ соответствуют среднестатистическим данным по количеству времени, затраченному на решение задач, для игровых видов спорта (таблица 1).

Таблица 1

Быстрота мыслительных операций квалифицированных баскетболисток

Обследуемые	Количество задач	Число ходов	Время решения (сек)
УлГПУ	6	9,0	6,05
УлГТУ	6	9,6	6,4
Средние данные для игровых видов (по А.В. Родионову)	6	9,2	6,18

Это еще раз подтвердило тот факт, что в баскетболе необходимо уметь быстро реагировать на смену ситуаций и так же быстро принимать или менять решения.

Полученные результаты изучения наглядно-образного, словесно-логического и наглядно-действенного мышления позволили нам судить о коэффициенте интеллекта баскетболисток. Результаты теста колеблются от 100 до 130 баллов и находятся в достоверных пределах. У баскетболисток экспериментальной группы показатели уровня интеллекта немного выше, чем у девушек контрольной группы (ЭГ – 126 баллов, КГ – 107 баллов). Если сравнивать стартовые составы команд, то некоторое преимущество также имеет команда из ЭГ – 128 баллов, и КГ – 110 баллов.

Результаты тестирования переключения внимания баскетболисток свидетельствуют о том, что средние показатели у баскетболисток ЭГ в первой попытке составили 1,27 с, у баскетболисток КГ – 1,49 с. Результаты второй попытки составили в ЭГ 2,41 с, в КГ – 2,6 с. Полученные данные свидетельствуют о том, что спортсменки обеих групп имеют незначительные различия в показателях и выявленные различия статистически недостоверны при $p < 0,05$.

Изучение тактического мышления баскетболисток позволило нам выявить, что баскетболистки ЭГ обладают наиболее высоким уровнем тактического мышления (7, 8 балла), чем баскетболистки КГ (6, 4 балла). На наш взгляд, данное преимущество может быть вызвано

недостаточным игровым опытом, склонностью действовать по жесткой схеме, недостаточной гибкостью в выборе оперативных решений. Также мы предполагаем, что уровень тактического мышления может быть связан с уровнем интеллекта игроков.

Исследование темперамента баскетболисток выявило три типа: холерик (62,5% игроков), сангвиник (19,5%) и меланхолик (18%). При изучении психотипа определили, что наибольшее количество баскетболисток относится к амбивертам (80%), незначительное количество игроков относится к экстравертам (15%) и к интровертам (5%).

Предварительные исследования позволили выявить необходимость в учёте индивидуально-психологических и личностных особенностей игроков при комплектовании состава команд, что явилось основанием для проведения педагогического эксперимента.

Для экспериментального обоснования разработанной нами методики комплектования игрового состава баскетболисток с учётом индивидуально-психологических и личностных особенностей спортсменок эффективность взаимодействий определялась по следующим показателям: длительности освоения взаимодействий и стабильности выполнения взаимодействий (таблица 2).

Таблица 2

Показатели срабатываемости в командах ЭГ и КГ на начало эксперимента

№ п/п	Показатели срабатываемости	ЭГ	КГ	Р
1.	Освоение взаимодействий (количество занятий)	10,8 ± 1,2	10,6 ± 1,2	> 0,05
2.	Стабильность выполнения командных взаимодействий (%)	60,6 ± 2,3	59,9 ± 2,9	> 0,05

Полученные результаты свидетельствуют об отсутствии значимых различий в командах ЭГ и КГ по освоению и реализации командных взаимодействий в начале эксперимента ($p > 0,05$).

На этапе экспериментального обоснования предложенной методики

комплектования игрового состава нами были проанализированы показатели срабатываемости в игровых составах баскетболисток после эксперимента, а также результаты технико-тактических показателей ЭГ и КГ в сезоне 2017-2018 гг. (таблица 3,4).

Таблица 3

Показатели срабатываемости в игровых составах баскетболисток после эксперимента

№ п/п	Показатели срабатываемости	ЭГ	КГ	Р
1.	Освоение взаимодействий (количество занятий)	7 ± 2,7	10,8 ± 1,2	< 0,05
2.	Стабильность выполнения командных взаимодействий (%)	72,2 ± 3	60,1 ± 2,3	< 0,05

В результате наблюдений мы получили следующие данные: на освоение командных взаимодействий экспериментальная группа затрачивала в среднем 7 занятий, тогда как в контрольной группе на разучивание комбинаций уходило 10 занятий. Стабильность выполнения командных взаимодействий в экспериментальной группе выше и составляет 72,2%, в контрольной группе – 60,1% (таблица 3).

За период исследования в технико-тактических показателях спортсменов ЭГ и КГ нами были получены следующие

результаты: баскетболистки экспериментальной групп по сравнению с игроками контрольной группы действовали более уверенно как в защите, так и в нападении. Поэтому технико-тактические показатели, такие как подбор мяча СЩ и ЧЩ, забитые мячи, потери мяча, атакующие передачи, перехваты возросли ($> 0,05$) (подборы СЩ 32,7 – 36,3%, ЧЩ 21,8 – 24,8%, забитые мячи 72,7 – 99,8%, потери мяча 21,3 – 18,3%, атакующие передачи 13,3 – 5,7%, перехваты 13,2 – 15,9%) (таблица 4).

Таблица 4

Динамика технико-тактических показателей баскетболисток ЭГ и КГ до и после эксперимента

Показатели	Этап	ЭГ	КГ	Достоверность различий между группами
		M±m		
Атакующие передачи	I	1,33±0,76	1,25±0,94	P > 0,05
	II	1,57±0,81	1,37±0,94	P > 0,05
Перехваты	I	1,32±0,19	1,27±0,74	P > 0,05
	II	1,59±0,48	1,33±0,74	P > 0,05
Подборы на своем щите (СЩ)	I	3,27±1,2	3,12±2,27	P > 0,01
	II	3,63±1,2	3,32±1,26	P > 0,05
Подборы на чужом щите (ЧЩ)	I	2,18±0,64	1,95±1,55	P > 0,05
	II	2,48±0,84	1,95±1,68	P > 0,05
Потери	I	2,13±0,64	1,93±0,84	P > 0,05
	II	1,83±0,48	1,9±0,84	P > 0,05
Забитые мячи	I	7,25±4,15	6,89±6,68	P < 0,05
	II	9,98±5,25	8,88±8,05	P < 0,05

Примечание: этапы тестирования I – до начала эксперимента II – после эксперимента

В контрольной группе технико-тактические показатели также изменились, но незначительно: количество перехватов мяча 12,7 (13,3%), количество забитых мячей 68,9 (88,8%), атакующие передачи 12,5 (13,7%). Такие показатели, как подбор на своём щите (33,2%), подбор на чужом щите (19,5%) и потери мяча (19,0%), не изменились

По субъективной оценке игроками экспериментальной группы своего

психологического состояния во время соревнований отмечается снижение чувства психологической усталости (баскетболистки психологически легче переносили напряженные матчи, а также соревнования, когда приходилось играть несколько дней подряд).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, результаты педагогического эксперимента показали, что методика комплектования игрового

состава баскетболисток с учётом индивидуально-психологических и личностных особенностей партнёров наиболее полно позволяет представить процесс изменения взаимоотношений между игроками и сформировать наиболее срабатываемые звенья, которые будут способствовать благоприятному климату в команде для достижения спортивного результата. Предложенные критерии совместимости индивидуально-психологических и личностных особенностей баскетболисток, обуславливающие сыгранность команды, позволили получить данные, подтверждающие эффективность разработанной нами методики.

Список литературы

1. Курашвили В.А., Генералов А.В. Планирование тренировочного процесса на основе интеллектуальных технологий. *Теория и практика физической культуры*. 2017; 2: 9-10.
2. Лешева Н.С., Гринева Т.А., Макаров Ю.М., Луткова Н.В. Зависимость эффективности игровых ситуаций с различной психоэмоциональной напряженностью от показателей подготовленности квалифицированных волейболисток. *Теория и практика физической культуры*. 2016; 9: 30-32.
3. Хрусталева Г.А., Губа В.П. Концепция управления соревновательной деятельностью высококвалифицированных команд в спортивных играх. *Теория и практика физической культуры*. 2015; 6: 44-43.
4. Бабушкин Г.Д., Кулагина Е.В. *Психологическая совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности*. Омск: Сиб-ГАФК. 2001: 202.
5. Лукьянов И.С., Березина Л.А., Бытсрова О.Л. Динамика показателей индивидуальной подготовленности баскетболисток 17-20 лет в нападении быстрым прорывом. *Современные проблемы физического воспитания и безопасности жизнедеятельности в системе образования: сб. научно-метод. тр.* Ульяновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова. 2017: 214-217.
6. Таран И.И., Поповская М.Н., Силантьев С. Психофизиологические особенности баскетболистов разного амплуа. *Теория и практика физической культуры*. 2015; 6: 5-10.
7. Kuznetsova Z., Kuznetsov A., Mutaeva I.,

Khalikov G., Zakharova A., 2015. Athletes training based on a complex assessment of functional state. In *Proceedings of the 3rd International Congress on Sport Sciences Research and Technology support*. SCITEPRESS. P. 156-160 (Scopus).

8. Kuznetsov A., Mutaeva I., Kuznetsova Z., 2017. Diagnostics of Functional State and Reserve Capacity of young Athletes' Organism. In *Proceedings of the 5th International Congress on Sport Sciences Research and Technology support*. SCITEPRESS. P. 111-115 (Scopus).

References

1. Kurashvili V.A., Generalov A.V. Training process planning on the basis of intellectual technologies. *Theory and practice of physical culture*. 2017; 2: 9-10.
2. Lesheva N.S., Grineva T.A., Makarov Y.M., Lutkova N.V. The effectiveness of different psycho-emotional tense playing situations dependence on readiness indices of qualified female volleyball players. *Theory and practice of physical culture*. 2016; 9: 30-32.
3. Khrustalev G.A., Guba V.P. Conception of competitive activity control among highly-qualified teams in sports games. *Theory and practice of physical culture*. 2015; 6: 44-43.
4. Babushkin G.D., Kulagina E.V. *Psychological compatibility and teamwork in sports activity*. Omsk: Siberian State Academy of Physical Culture. 2001: 202.
5. Lukyanov I.S., Berezina L.A., Bystrova O.L. Dynamics of individual readiness indices among 17-20 year-old female basketball players in attacking quick break.. Contemporary problems of physical upbringing and life safety in the system of education: *scientific-methodical works collection*, Ulyanovsk: Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov. 2017: 214-217.
6. Taran I.I., Popovskaya M.N., Silantev S. Psychophysiological peculiarities of different role basketball players. *Theory and practice of physical culture*. 2015; 6: 5-10.
7. Kuznetsova Z., Kuznetsov A., Mutaeva I., Khalikov G., Zakharova A., 2015. Athletes training based on a complex assessment of functional state. In *Proceedings of the 3rd International Congress on Sport Sciences Research and Technology support*. SCITEPRESS. P. 156-160 (Scopus).
8. Kuznetsov A., Mutaeva I., Kuznetsova Z., 2017. Diagnostics of Functional State and Reserve Capacity of young Athletes' Organism. In *Proceedings of the 5th International Congress on Sport Sciences Research and Technology support*. SCITEPRESS. P. 111-115 (Scopus).

Подано: 13.08.2018

Березина Лариса Анатольевна – кандидат педагогических наук, доцент, ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», 432700, Россия, г. Ульяновск, площадь имени В.И. Ленина, дом 4, [e-mail: berezinalar@yandex.ru](mailto:berezinalar@yandex.ru)

Быстрова Ольга Леонидовна – кандидат педагогических наук, доцент, ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», 432700, Россия, г. Ульяновск, площадь имени В.И. Ленина, дом 4, [e-mail: leons66@mail.ru](mailto:leons66@mail.ru)

Немытов Дмитрий Николаевич – кандидат педагогических наук, доцент, ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова», 432700, Россия, г. Ульяновск, площадь имени В.И. Ленина, дом 4, [e-mail: nemytoff@gmail.com](mailto:nemytoff@gmail.com)

DOI 10.14526/2070-4798-2018-13-3-32-41

УДК: 796.011.2

ПЕРСПЕКТИВЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЕННО-СПОРТИВНЫМ МНОГОБОРЬЕМ, С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДА ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ D&K-TEST

Китаев П.А.¹

¹ФГКВБОУ ВО «Тюменское высшее военно-инженерное командное училище (военный институт) имени маршала инженерных войск А.И. Прошлякова»

Россия, г. Тюмень,
kitaevp@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы изучения функционального состояния и резервных возможностей организма, от чего во многом зависит физическая и умственная работоспособность организма курсантов. Спортивные результаты и здоровье курсантов стали неотъемлемой частью научных исследований. Однако без использования современных технологий срочного определения уровня функциональной подготовленности занимающихся нельзя корректировать тренировочные воздействия. **Методы исследования:** анализ литературных источников по проблеме исследования, педагогическое наблюдение, показатели функционального состояния и резервных возможностей организма курсантов. **Материал.** Продемонстрировано использование метода экспресс-диагностики D&K-TEST для определения функционального состояния и резервных возможностей организма курсантов, занимающихся военно-спортивным многоборьем. **Результаты.** Анкетный опрос самих курсантов показал, что на занятиях им приходится преодолевать большие физические и психические нагрузки, которые приводят к переутомлению организма. **Заключение.** Реализация на практике технологии тестирования функционального состояния курсантов будет способствовать выполнению тренировочных и соревновательных нагрузок, росту функциональных возможностей организма и достижению планируемых результатов соревновательной деятельности при сохранении здоровья.

Ключевые слова: курсанты, экспресс-диагностика D&K-TEST, опрос, функциональное состояние, резервные возможности.

Для цитирования: Китаев П.А. Перспективы индивидуализации спортивной подготовки курсантов военных вузов, занимающихся военно-спортивным многоборьем, с использованием метода экспресс-диагностики D&K-TEST. Педагогико-психологические и