

фази фізіологічної напруги погіршення психоемоційного стану, зниження працездатності, порушення координаційних можливостей, що звичайно негативно позначається на спортивному результаті. Для цих же спортсменок в період постовуляторної і постменструальної фаз спостерігалась найвища результативність ігрової діяльності. Це й стало підставою для вибору цілі даної роботи. Для оцінки прогнозу результату в майбутніх змаганнях для кожної спортсменки розраховували фазу менструального циклу (з урахування попереднього вивчення індивідуальних особливостей протікання МЦ), в якій передбачається їй брати участь у змаганнях і прогнозували можливість реалізації функціональних можливостей на кожну майбутню гру. На протязі одинадцяти ігор (чемпіонат України, міжнародні змагання) порівнювали прогнози функціональних можливостей з фактичними результатами, зафіксованими в офіційних протоколах змагань. Аналіз отриманих даних свідчить, що спортивний результат в переважній кількості відсотків спостережень залежить від фази МЦ. При високій підготовленості спортсменок прогноз щодо можливого погіршення результативності гри в фазі фізіологічної напруги виправдовував себе. У спортсменок зафіксовано більше порушень точності передач м'яча і попадань в ворота, зниження кількості контратак та нереалізованих пенальті. Помітно знижувалась швидкість плавання. В той же час ці спортсменки в постменструальну і постовуляторну фази демонстрували свою найкращу ігрову діяльність.

Подані результати дають можливість зробити висновок, що прогноз спортивного результату із врахуванням біологічних особливостей жіночого організму можливий. Він, в свою чергу, допоможе тренеру в комплектуванні команди на кожну майбутню гру.

ЛІТЕРАТУРА

1. Платонов В.Н. *Ігри XXVI Олімпіади в Атланті: підсумки, уроки, проблеми.* //Наука у олімпійському спорті. 1997., №1 (6), - С. 11-28.
2. Радзівський А.Р., Шахліна Л.Г., Яценко З.Р., Степанова Т.П. *Фізіологічне обґрунтування управління спортивним тренуванням жінок з урахуванням фази менструального циклу*// Теорія та практика фіз. культури – 1990. - №6. – С. 47-50.
3. Степанова Т.П. *Контроль спеціальної підготовленості спортсменок, котрі спеціалізуються в синхронному плаванні, на різних етапах спортивного вдосконалення.*: Дис. на здобуття наук. ступеню канд. пед. наук. /КДІФК. – К., 1993. – 198 с.
4. Томашевський В.В. *Жіноча олімпійська програма та емансипація* //Наука у олімпійському спорті. 2000. – спец.вип. - С. 46-52.
5. Шахліна Л.Г. *Функціональний стан, фізична працездатність кваліфікованих спортсменок з урахуванням біологічної циклічності жіночого організму* //Наука у олімпійському спорті. 1997. - №1. -С. 84-91

ABOUT POSSIBILITY FORECAST SPORTING RESULTS OF HIGHLY QUALIFIED WOMEN WATER POLO PLAYERS

NATALIE REBITSKA

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

We have used the obtained results of researches of some psychophysiological parameters (index), change of special functionability qualified women water polo players for possibility to forecast sporting results.

ОСОБЛИВОСТІ ІДЕНТИФІКАЦІЇ ПІДЛІТКІВ – СПОРТСМЕНІВ 11 – 12 РОКІВ ТА УСПІШНІСТЬ ЇХ СОЦІАЛІЗАЦІЇ

ЛІЛІЯ САКАЛЬ

Національний університет фізичного виховання та спорту України

Кризові умови розвитку сучасного Українського суспільства: знецінюван- загалнолюдських цінностей, трансформація різних сфер життєдіяльності, загостре-

соціальних протиріч спричинили негативні тенденції в процесах розвитку та соціалізації людини. За даними літератури – несприятливі фактори навколишнього середовища найбільш гостро впливають на соціальний розвиток та формування особистості в підлітковому віці, який найбільш сенситивний до їх впливу (за останні 5 років на Україні значно підвищилась кількість випадків девіанної поведінки та суїцидів, зросла злочинність в середовищі підлітків) (данні МОЗ України, Мудрик А.В. 1991). У зв'язку з такою соціальною ситуацією, дослідження особливостей процесу соціалізації в підлітковому віці стає однією з актуальніших проблем сучасності і спричиняє інтенсивний пошук видів діяльності, які б сприяли успішній соціалізації дитини в цьому віці найбільш ефективно.

За даними літератури [2, 3] спортивна діяльність є найбільш оптимальною для розвитку міжособистісної компетентності (здібності до ефективної взаємодії у соціумі) в підлітковому віці, бо сприяє формуванню самостійності, впевненості у собі, високого рівня самоконтролю. Суперечливі умови соціалізації в спорті, невивченість механізмів і особливостей цього процесу потребують глибокого дослідження специфіки соціалізації підлітків та основного механізму, через який вона здійснюється найбільш ефективно в цьому віці – ідентифікації, в процесі якого формується неповторна структура особистісної ідентичності [1].

Дослідження цієї проблеми дозволить покращити процес соціального розвитку підлітків та знайти ефективні шляхи регуляції їх поведінки, а в практиці спорту – оптимізувати виховний процес підлітків. *Все це загострює актуальність даної теми, її практичну та теоретичну значущість.*

Аналіз спеціальної літератури довів: почуття дорослості підлітка та прагнення самоствердитися викликають в нього велику соціальну активність, спрямовану на засвоєння нових зразків поведінки, перетворення себе, що робить його активним суб'єктом соціалізації [3, 4]. Основним елементом регуляції соціальної поведінки підлітка виступає його самооцінка та особистісна ідентичність, які ефективніше за все формуються в соціально значимій для підлітка діяльності. Різні ж види діяльності сприяють формуванню неповторної структури ідентичності особистості.

На базі теорії А.В.Петровського [3,4], ми встановили критерії успішної соціалізації на кожному з її етапів. На I-му етапі (адаптації) : впевненість у собі, рішучість, зацікавленість справами групи; на II-му (індивідуалізації) - адекватна, висока самооцінка та рівень домагань (але не завищені), середній рівень агресивності, довіра до оточуючих, високий самоконтроль, впевненість у своїх силах; на III-му (інтеграції) - здібність до формування соціальних зв'язків у групі. За цими ж критеріями оцінювали успішність соціалізації в нашому дослідженні.

В процесі дослідження ми припустили, що особливості ідентифікації спортсменів - підлітків сприяють їх успішній соціалізації.

Ціль. Виявити особливості ідентифікації спортсменів-підлітків та характер їх впливу на успішність соціалізації.

Організація та методи проведення досліджень. Попередні дослідження проводились з підлітками віком 11 – 12 років (44 чол.) на базі загальноосвітніх шкіл м. Києва (№20, №137) з вересня по грудень 2000 року. При цьому використовувались методи теоретичного аналізу спеціальної літератури, бесіди, педагогічного експерименту з використанням 4-х стандартизованих психологічних методик (рівень агресивності, самооцінки та рівень домагань, особливості структури ідентичності (проективна методика “Хто Я?”). Результати оброблені за допомогою стандартизованих методів математичної статистики (t - Ст'юдента).

Результати досліджень та їх обговорення. Порівняльний аналіз результатів дослідження ми провели в 4-х умовно виділених групах підлітків (в кожній групі - 11 чоловік): I група - підлітки, які займаються в спортивних секціях не більше 2-х років, тобто початківці; II - підлітки – спортсмени, які мають спортивні розряди та досягнення; III – підлітки, які не займаються в гуртках, спортивних секціях ; IV - ті, що займаються в різних гуртках (танці, пошиття одягу, музикальні школи).

Порівняльний аналіз результатів свідчить - існують відмінності і в структурі ідентичності та в критеріях успішності їх соціалізації між цими 4-ма групами.

Ми встановили, що ідентифікація спортсменів-початківців та розрядників має як свої власні особливості в кожній групі, так і ті, що характерні для спортивної діяльності взагалі. Загальна особливість її, в цих двох групах спортсменів, в тім, що в структурі ідентичності в них переважає спрямованість ідентифікації на діяльність: кількість діяльнісних характеристик себе в них достовірно вища ніж у III та IV групах (табл. 1). При цьому спортсмени – початківці все ж таки мають більш розвинену структуру ідентичності і спрямованість на розвиток соціально бажаних якостей (відсутність у себе негативних звичок, асоціальних тенденцій в поведінці) (табл. 1), що засвідчує сприятливий вплив занять масовим спортом на соціальну поведінку підлітка.

Таблиця 1

Особливості структури ідентичності досліджуваних груп підлітків

| Групи підлітків | | Компоненти структури ідентичності | | | | | |
|-----------------|--|---|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------------|---------------------------|
| | | характеристик себе | Характеристики діяльності | Характеристики соц. відношень | Характеристики особистісних якостей | Соціально бажані якості | Соціально небажані якості |
| | | X ± σ | X ± σ | X ± σ | X ± σ | X ± σ | X ± σ |
| I | Спортсмени – початківці n= 11 | 18,7±1,6 | 2,9± 0,9 | 2 ± 1,6 | 13,9 ±2,4 | 1,6 ± 0,6 | 0 |
| II | Спортсмени – розрядники n=11 | 15,9 ± 3,8 | 2,9± 1 | 2,3± 1,6 | 10,7± 4 | 1,1 ± 0,9 | 0 |
| III | Не займаються ніякою поза-шкільною діяльністю n=11 | 10,4 ± 5,3 | 0,5 ± 0,7 | 0,5 ± 0,7 | 9,5 ± 4,8 | 0,18 ±0,8 | 0,8± 0,8 |
| IV | Гурківців n=11 | 18,7± 1,6 | 1,5± 0,8 | 1,6± 0,9 | 16 ± 1,6 | 0,82 ± 0,8 | 0 |
| Групи | | Достовірність відмінностей – критерій Ст'юдента (t) при імовірності (p) | | | | | |
| I | II | 2,3 * | | | 2,3* | 2,7* | |
| II | III | 2,8 * | 6,5*** | 3,6** | | 2,2* | 3,6** |
| III | IV | 5,1*** | 3,4 ** | 3,1** | 4,2 *** | 2,5* | 3,6** |
| IV | I | | 3,6 ** | | 2,3* | 2,7* | |
| I | III | 5*** | 6,9*** | 2,8* | 2,8* | 6,1*** | 3,6** |
| II | IV | 2,3* | 3,4 ** | | 2,3* | | |

- X-середнє арифметичне показників; σ- середнє квадратичне відхилення показників, n- кількість досліджуваних; * - відмінності достовірні при p<0,05

- ** - при p<0,01

- *** - при p<0,001

У розрядників проявляється спрямованість ідентифікації на якості, що пов'язані з досягненням результату у певному виді спорту. Тому загальна кількість їх характеристик відрізняється від I та IV груп. Але акцентована спрямованість на діяльність компенсує цей недолік, бо підліток найбільш ефективно розвивається в соціально корисній діяльності зі складними завданнями, яким є спорт [2, 4]. Про це свідчать і виявлені критерії успішності соціалізації у спортсменів: 1) високий рівень самоконтролю (СК) в діяльності та поведінці; 2) самооцінки, адекватної своїм можливостям (СО) та рівня домагань (РД) при помірних розбіжностях між ними за шкалами "авторитету", "зовнішності", "впевненості у собі" (рис.1), при середньому рівні агресивності що характеризує адекватне відношення до себе, сприятливий розвиток особистості [5]. Домагання тут стимулюють прагнення до самовдосконалення. Здорова впевненість у собі є, як ми визначили, одним з критеріїв успішної соціалізації на I-му її етапі (адаптації); середній рівень агресивності - на II-му етапі (індивідуалізації). Всі показники достовірно відмінні від інших груп при $p \leq 0,01$ (СК), $p \leq 0,05$ (СО). Тобто соціалізація спортсменів є успішною, чому сприяють особливості їх ідентифікації.

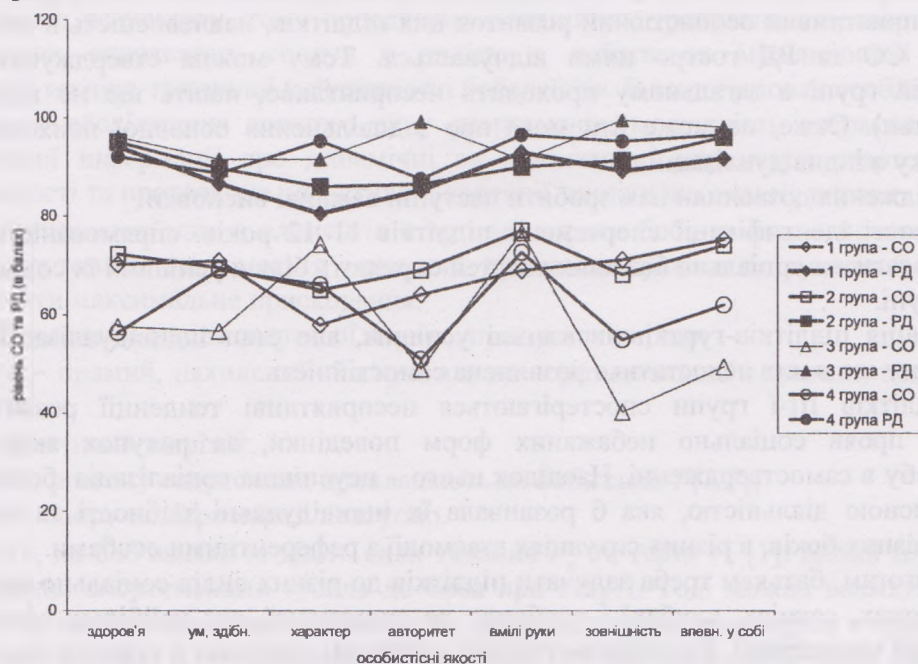


Рис. 1. Відмінності рівня самооцінки (СО) та рівня домагань (РД) між групами підлітків 11-12 років (I – спортсмени-початківці; II – спортсмени – розрядники; III – не займаються ніякою позашкільною соціально-корисною діяльністю; IV - кружківці).

Група гуртківців має розвинену структуру ідентичності, спрямовану на розвиток соціально бажаних якостей (табл.1). Взагалі, показники успішності соціалізації в цій групі відображають сприятливе протікання цього процесу: середній рівень СК в сфері діяльності, високий в сфері соціальної поведінки; середній рівень агресивності та СО, але при дуже високому РД (шкали "здоров'я", "авторитет") при значних розходженнях між ними (рис.1). Це свідчить про те, що підлітки не зовсім задоволені рівнем розвитку цих якостей, що може викликати в них внутрішній дискомфорт. Скоріш за все, це пов'язано з особливостями ідентифікації гуртківців, бо спрямованість її на діяльність значно менша ніж у спортсменів (табл.1). У спортивній діяльності виникає більше складних ситуацій, ніж в діяльності гуртків, що сприяє розвитку самостійності у вирішенні проблем взаємодії з іншими підлітками в різних ситуаціях та підвищує їх рівень авторитету. Тому, деякі гуртківці можуть відчувати дискомфорт за причини недостатнього розвитку саме цієї особистісної якості.

Отже, підлітки - гуртківці успішно пройшли етап адаптації в процесі соціалізації (високий рівень СО впевненості у собі, розуму та здібностей, СК соціальної поведінки). Етап індивідуалізації в них може однак ускладнитися із-за недостатньої самостійності.

На відміну від інших груп, у підлітків, які ніде не займаються (III група), ми виявили несприятливі тенденції розвитку їх ідентифікації: достовірно нижча загальна характеристика себе, недостатній розвиток кола соціальних відносин та спрямованості на діяльність (табл.1), що свідчить про погане знання себе, а інколи, про кризу ідентичності [1], яка може привести до дезорганізації поведінки підлітка та перешкодити успішній соціалізації. Але більше турбує те, є тенденція до прояву соціально небажаних характеристик (табл. 1): спрямованість ідентифікації на негативні форми поведінки, причому підлітки виділяють їх в структурі своєї ідентичності як засоби самоствердження, позитивно відносяться до цього. Критерії оцінки успішності соціалізації такі: 1) недостатній рівень СК соціального; 2) високий рівень фізичної агресії, почуття образи, підозрілості та індексу ворожості (відмінності достовірні при $p < 0,01$ та $0,05$); 3) несприятливий розвиток СО та РД (СО впевненості в собі, зовнішності нижче середнього рівня при високому РД та значних розходженнях між ними) (рис.1), що свідчить про несприятливий особистісний розвиток цих підлітків, невпевненість в собі і на. що розрив між СО та РД гостро ними відчувається. Тому можна стверджувати, що соціалізація в цій групі в загальному проходить несприятливо, навіть ще не відбулася адаптація (I-й етап). Отже, не може йти мова про задовільнення основної психологічної потреби цього віку в індивідуалізації.

Дані дослідження дозволили нам зробити наступні важливі висновки:

1. Особливості ідентифікації спортсменів-підлітків 11–12 років: спрямованість її на діяльність та на розвиток соціально бажаних якостей сприяють більш успішній їх соціалізації в референтній групі.

2. Соціалізація підлітків-гуртківців взагалі успішна, але етап індивідуалізації може ускладнитися, тому що в них недостатньо розвинена самостійність.

3. У підлітків III-ї групи спостерігаються несприятливі тенденції розвитку їх ідентичності та прояв соціально небажаних форм поведінки, за рахунок яких вони реалізують потребу в самоствердженні. Наслідок цього – неуспішна соціалізація, бо вони не займаються корисною діяльністю, яка б розвивала їх індивідуальні здібності та сприяла пізнанню себе з різних боків, в різних ситуаціях взаємодії з референтними особами.

Тому педагогам, батькам треба залучати підлітків до різних видів соціально корисної діяльності (в гуртках, секціях, клубах) і особливо до спортивної, яка найбільш ефективно сприяє їх успішній соціалізації. Керівникам гуртків, вчителям доцільно в процесі виховання підлітків 11 – 12 років ускладнювати завдання задач в різноманітних умовах взаємодії та допомагати в їх вирішенні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Антонова Н.В. Проблема личностной идентичности в интерпретации современного психоанализа // Вопросы психологии. – 1996, № 1, - С. 131 – 143.
2. Мартенс Р. Социальная психология и спорт. Пер. с англ. Москва, "Физкультура и спорт", 1979. - 176 с.
3. Мудрик А.В. Социализация и «смутное время». – Москва: Знание, 1991. – 80 с.
4. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М.: Политиздат, 1982.- 255 с.
5. Практикум по курсу «Прикладная психодиагностика» /Под ред. Г.Б. Горской.- Краснодар, 1993.-65 с.

THE PACULARITIES OF THE 11 – 12 YEAR OLD SPORTSMEN – TEENAGERS' IDENTIFICATION AND SUCCESSFULNESS OF THE THEIR SOCIALIZATION

LILIYA SAKAL

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

In the study there were researched peculiarities of 11 – 12 year old sportsmen – teenagers' identification by means of study of the structure of their personality identity. It was determined that

sports activity forms the specific structure of *teenagers*' identity which promotes them in successful socialization.

ТЕХНІЧНІ ЗАСОБИ ВДОСКОНАЛЕННЯ МАЙСТЕРНОСТІ СПОРТСМЕНІВ-БОБСЛЕІСТІВ

ІГОР САПУЖАК, ОЛЕГ САПУЖАК*

Львівський державний інститут фізичної культури

**Карпатське відділення Інституту геофізики ім.С.І.Субботіна НАН України*

Специфіка підготовки бобслеїстів високої кваліфікації, як і спортсменів-санників, полягає у тому, що в Україні немає жодної сучасної траси для проведення навчально-тренувальних зборів (НТЗ) та змагань. Це приводить до певного обмеження загального обсягу тренувань в реальних умовах, оскільки організація виїздів спортсменів на закордонні траси вимагає значних затрат. Вдалий старт вносить суттєвий вклад у досягнення високого спортивного результату, тому проведення імітаційних тренувань стартової вправи на базі вітчизняних спортивних споруд є однією з небагатьох можливостей вдосконалення елементів техніко-тактичної майстерності бобслеїстів. В таких умовах особливо актуальними є детальне дослідження кожного руху спортсменів, можливість оперативного отримання об'єктивної інформації про динамічні та кінематичні параметри стартових дій, аналіз ефективності та проведення оперативної корекції техніки виконання вправи.

Розглянемо один з елементів стартової вправи боба-двійки – початок розгону. При цьому спортсмени намагаються одночасно прикласти зусилля до руківок боба, що повинно забезпечити максимальне прискорення.

Проведемо аналіз стартової вправи, припускаючи, що:

- 1) траса – прямий, нахилений під кутом φ до горизонтальної площини, відрізок довжиною S ;
- 2) S_0 – розгінний відрізок;
- 3) під час розгону спортсмени прикладають до боба сили F_1 і F_2 ;
- 4) силою опору повітря наразі нехтуємо.

Крім того, на боб масою m діють сили тяжіння F_g та тертя F_r [1]. Нехай Δt – різниця часів прикладання спортсменами зусиль до боба при старті. Тоді можна вважати, що розгінний відрізок S_0 складається з двох частин: S_1 , пройдено протягом часу Δt з прикладанням сили одним та $S_2 = S_0 - S_1$ – двома спортсменами. Під час розгону на боб діє складова сила тяжіння, що прискорює його

$$F_x = F_g \sin \varphi = mg \sin \varphi,$$

а також сила тертя ковзання, протилежна напрямку руху

$$F_r = -f_k mg \cos \varphi,$$

де f_k – коефіцієнт тертя.

Враховуючи перелічені припущення, для відрізків S_1 і S_2 можемо записати [2]:

$$S_1 = \frac{(a_1 + g(\sin \varphi - f_k \cos \varphi))\Delta t^2}{2}, \quad (1)$$

$$S_2 = v_{2n}t + \frac{(a_1 + a_2 + g(\sin \varphi - f_k \cos \varphi))t^2}{2}, \quad (2)$$