

ВЗАЄМОДІЯ СТРУКТУРИ ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА ЕКСПРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СПОРТСМЕНОК В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ

Надія Миколаївна ТОПІЛЬСЬКА

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

Постанова проблеми: В останній час в художній гімнастиці відслідковується зміна правил кожний олімпійський цикл, це пов'язано з рядом факторів. Основними з них є суб'єктивність суддівства, а також збільшення кількості спортсменок які претендують на золото. У зв'язку з цим майже всі дослідження спрямовані на вивчення способів підвищення спортивної майстерності спортсменок. Артистизм виконання та яскравість постановки вправ лишаються актуальною, маловивченою темою.

Зв'язок роботи з науковими темами. Дослідження, що складала основний зміст цієї роботи у 2004 році, виконувалися у відповідності з узагальненим планом НДР в області фізичної культури і спорту на 2001-2005рр. Тема № 1.3.9. "Дослідження психологічних резервів особистості в процесі професійної підготовки фахівця в галузі фізичного виховання і спорту". Державний реєстраційний номер: 0102U006133.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як показують оглядово-аналітичні дослідження, накопичений у науці емпіричний матеріал говорить на користь існування статистично значимої прямої залежності знака пережитих людиною емоцій від рівня виконання діяльності. Знайдено ряд модераторів, обумовлено залежність емоційних станів індивіда від результатів діяльності [2].

Існує також теорія формування особистісного за допомогою закріплення в якості риси характеру психічних станів, пережитих людиною.

Маючи одне для всіх професій експресивне ядро, кожна з професій залишає свій відбиток на невербальну поведінку окремої особистості. В свою чергу, ядро невербальної поведінки складається з різноманітних рухів (жести, експресію обличчя, погляди, постані, інтонаційно-ритмічні характеристики голосу), котрі сполучені із змінними психологічними станами людини, з ситуаціями взаємодії та спілкування [4,6].

В цій системі є і інтегруючі якості (системність). У процесі пізнання особистості за допомогою її немовної поведінки актуалізуються та функціонують поняття та уявлення, які виявляються результатом багатоманітної діяльності людини як суб'єкта сприйняття [1].

Велику кількість публікацій присвячено питанням зв'язків між невербальною поведінкою та психологічними характеристиками особистості [3]; психологічних засобів обективізації невербального спілкування [5]; впливу оточуючого середовища, та професійної діяльності на експресивну поведінку [7], вивчення груп особистостей, котрі фіксуються як совокупність невербальних інтеракцій [8]. Але серед проблем у вивченні психології невербальної поведінки провідною лишається проблема виміру, фіксації, кодування та її інтерпретації в процесі спілкування.

Поряд з перерахованим, перспективним є вивчення взаємозв'язку структури темпераменту й експресивної поведінки людини.

Формулювання цілей роботи, постановка завдання.

Мета дослідження є підбір методик і розробка процедури їх застосування при вивченні психологічних складових експресивної поведінки спортсменок в художній гімнастиці. Ця мета розглядалася насамперед у зв'язку з вирішенням низки практичних завдань.

Завдання дослідження:

1. Теоретично обґрунтувати вибір в якості об'єкта соціально-психологічної діагностики визначених індивідуально – типологічних властивостей особистості, важливих у формуванні експресивного репертуару спортсменок.
2. Відбір інформативних методик, відповідних до мети психологічної діагностики особистості.
3. Визначення можливих шляхів практичного використання отриманих даних у тренувальному процесі.

Методи й організація дослідження. Дослідження передбачало чотири етапи: на першому етапі здійснювався теоретичний аналіз проблеми; на другому етапі здійснювався аналіз використовуваних методик і розробка процедури їх застосування; третій етап полягав у безпосередньому експериментальному вивченні експресії спортсменок за допомогою розробленої процедури й обраних методик (включаючи й пілотажні дослідження); четвертий етап був пов'язаний з аналізом отриманих даних, висновком про їх достовірність та можливі шляхи практичного використання.

У процесі науково – педагогічного пошуку був використаний комплекс взаємопов'язаних методів: теоретичний аналіз і узагальнення науково – методичної літератури, спостереження, стандартизовані опитувальники, методи математичної обробки даних.

У дослідженні використано: опитувальник структури темпераменту ОСТ В.М. Русалова, методика само оцінки структури темпераменту, методика вивчення емоційної експресії Л.Е. Богіної, методика оцінки “емоційного інтелекту”, методика The Facial Meaning Sensitive Test.

Результати дослідження та їх обговорення. У дослідженні брали участь 85 спортсменок з різних спортивних організацій міст Києва, Львова, Одеси, Славутича та інших; із них 15 МС, 54 КМС, та 16 спортсменок 1 розряду.

У результаті ряду проведених тестів по дослідженню експресії особистості в художній гімнастиці визначений тісний взаємозв'язок структури темпераменту й експресивної поведінки спортсменок.

Спираючись на вікові особливості розвитку емоційної сфери цей період співпадає з періодом формування спеціальної фізичної підготовки гімнасток, отже просліджується тісний взаємозв'язок віку спортсменок, та експресивним досвідом.

Визначено, що усі гімнастки відрізняються високим рівнем моторно-рухових актів при виконанні предметної діяльності (темп і швидкість), легкістю переключення з одного предмета, на іншій (пластичність) а так само високим рівнем соціальної емоційності і потребою в соціальному контакті (ергічності).

При визначенні переважних каналів вираження емоцій найбільш використовуваними є недиференційована по каналах експресія і міміка.

Рівень розпізнання емоцій практично у всіх спортсменок середній, що свідчить про низький рівень умінь ідентифікувати ті чи інші емоції.

Досліджуючи здатності спортсменок розуміти відношення особистості, репрезентуємые в емоціях і керувати емоційною сферою на основі прийняття

рішень ми визначили тісний взаємозв'язок рівня емоційного інтелекту й умови розпізнавати емоції інших людей.

Спортсменки керування, що дуже відрізняються низьким рівнем, своїми емоціями й емоційною поінформованістю мають високі здібності в розпізнаванні емоцій, а так само їхній предпочитає каналами вираження емоцій є міміка.

Аналізуючи отримані дані, виділилися 3 типи спортсменок:

Гімнастки з дуже низьким рівнем керування своїми емоціями, високим рівнем розпізнавання емоцій інших людей, кращим мімічним каналом вираження емоцій і недиференційованої по каналах експресією відрізняються високою потребою в освоєнні предметного світу, прагненням до розумової і фізичної праці, схильністю до монотонної роботи, і високою чутливістю до розбіжності між задуманим і результатами реальної дії.

Гімнастки з високим рівнем потреб у соціальних контактах, прагненням до лідерства, високою чутливістю до невдач у спілкуванні, відрізняються високим рівнем емпатических здібностей, і предпочитає засобами вираження емоцій, такими як зайві рухи і недиференційованої по каналах експресією.

І третя група спортсменок з низьким рівнем предметної ергічності (пасивності), повільною вербалізацією відрізняються низьким рівнем рухової активності, довільним керуванням своїми емоціями і низьким рівнем емоційної поінформованості.

Зіставляючи отримані дані з результатами опитування тренерів можна зробити наступні висновки: тренери, що застосовують методики тренування виразності в спортсменок розвивають лише деякі її критерії, такі як руху рук і тулубом, тренуванню мімічної виразності практично не приділяється увага. Тренери, що не застосовують методики тренування виразності в спортсменок підбирають композиційні постановки, керуючись типом темпераменту спортсменок.

Висновок. Узагальнюючи результати проведеного дослідження, можна зробити висновок про те, що існує необхідність у розробці і впровадженні методик тренування експресивних якостей спортсменок у тренувальний процес. На наш погляд розвиток різних експресивних якостей у більшому чи меншому ступені буде залежати від типу темпераменту спортсменок.

Отже подальший розвиток досліджень у цьому напрямку полягає у диференціації особистісних та набутих складових експресії, у вивченні факторів які впливають на формування експресивного репертуару спортсменок в художній гімнастиці, що дозволить розробити методики тренування цих якостей.

Література

1. Витт Н. В. Личностно-эмоциональная опосредованность выражения эмоций // Вопросы психологии. – 1991. – № 1. – с.95-107.
2. Горбатков А.А. Информационная и энергетическая модели влияния результатов деятельности на эмоции.//психологический журнал, 2004, том 25, № 4, с. 41-55.
3. Гранская Ю. В. Профессиональные особенности оценивания эмоциональных состояний по выражению лица//Сб. Теоретические и прикладные вопросы психологии; под ред. Крылова А. А. – С-Петербург, выпуск 2, часть 2,1996. – с.127-133.

4. Лабунская В. А., Слепцова Н. В. Методы изучения влияния соотношения поведенческих и когнитивных стереотипов экспрессии на формирование образа о субъекте публичного общения// Методы психологии. Ежегодник РПО, Т. 3, Вып. 2, 1997, С. 158-160.
5. Общая психология: Курс лекций для первой ступени педагогического воспитания.-Сот. Б.И. Рогов. –М.: Гуманист. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 448.
6. Прутченков А.С. Тренинг коммуникабельных умений: Методические разработки занятий. – М.: Новая школа, 1993. – 49с.
7. Lewis D. *The Secret Language of Success: How to Read and Use Body-Talk.* — L., 1990.
8. King J., Ogden J. *The effects of media images of stereotypically perfect women on body image: Abstr. Pap. Spec. Group Health Psychol.: Annu. Conf., Nottingham, 17-18 Sept., 1993// Proc. Brit. Psychol. Soc. 1994, 2, N° 1, P. 30.*

INTERRELATION OF STRUCTURE OF TEMPERAMENT AND EXPRESSIVENESS BEHAVIOUR SPORTSMANS IN RHYTHMIC GYMNASTICS

Nadia TOPILSKAYA

NATIONAL UNIVERSITY of PHYSICAL EDUCATION and SPORTS of UKRAINE

Summary: Actor's performance and show of exercises in rhythmic gymnastics are urgent a little by investigated theme. It is supposed, that there is an interrelation of structure of temperament and expressiveness of repertoire at the sportsman.

Key words: dependences of a mark of emotions, experienced by the man, on a level of performance of activity, ability to distinguish emotions of other people, interrelation of structure of temperament and expressiveness of behaviour.
