

УДК 796.01:159.9

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОДНЫМИ ЛЫЖАМИ

Елизавета МЕЛЬНИК, Елена СИЛИЧ, Ирина ДЫМОНТ

Белорусский государственный университет физической культуры, Беларусь

**ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ
КВАЛІФІКАЦІЇ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВОДНИМИ ЛИЖАМИ.** Елизавета МЕЛЬНИК, Елена СИ-
ЛИЧ, Ирина ДИМОНТ. *Білоруський державний університет фізичної культури, Білорусь.*

Анотація. У статті подано результати психологічної підготовленості спортсменів, які займаються водними лижами. Вивчено характеристики просторово-часового сприйняття, самоконтроль, волюва активність, стресостійкість, спортивна успішність. Порівняльний аналіз психологічної підготовленості спортсменів-воднолижників різної кваліфікації дозволив встановити спортивно-важливі якості.

Ключові слова: водні лижі, психологічна підготовка, психомоторні якості, спортивно-важливі якості, самоконтроль, складно-координаційні види спорту, успішність.

Постановка проблемы и ее связь с важными научными или практическими задачами. Значимым фактором достижения высоких спортивных результатов является создание оптимальных условий для взаимовлияния всех уровней интегральной индивидуальности, что позволяет обеспечить полноценную реализацию потенциала личности спортсмена. Для представителей различных видов спорта характерны определенные сочетания свойств, которые играют большую роль в обеспечении психологической подготовленности спортсмена [2, 3, 5, 7, 14, 15]. Г.Д. Горбунов [4] охарактеризовал спорт как специфическую социальную сферу, выступающую фактором воздействия на личность спортсмена, особенно в период ее формирования, а спорт высших достижений как наилучшую модель для реализации стремления человека к самосовершенствованию и самоутверждению.

Психологическая подготовка раскрывается через систему психологического, педагогического и социального воздействия на спортсмена с целью выработки у него необходимых для данного вида спорта спортивно-важных качеств [8, 11, 12, 14, 16, 17]. В спортивной деятельности формирование личности юного спортсмена рассматривается как специально организованный, целенаправленный и управляемый процесс с использованием методов обучения и воспитания. В соответствии с целями и задачами подготовки спортсмена, его возрастными и индивидуальными особенностями подбираются методы формирования сознания, организационной деятельности, формирования и стимулирования опыта поведения.

Анализ последних исследований и публикаций. Психологическая подготовка рассматривается как один из видов формирования личности, наряду с воспитанием, обучением, закреплением и тренировкой, адресуемых К.К. Платоновым [10] к определенной подструктуре личности. Она предусматривает формирование не отдельных свойств личности самих по себе, а укрепление взаимосвязи всех свойств, необходимых для определенной деятельности.

Выделяя в качестве компонентов личности психические процессы, состояния и свойства, Б.Г.Ананьев [1] дополняет этот ряд явлений сенсорными и мнемическими функциями, мотивацией поведения, в которую входят потребности и установки. Созданные концепции личности с учетом специфики спортивной деятельности имеют практическую направленность и разработанный на этой основе инструментарий для оценки и повышения эффективности деятельности. Так, В.Э. Мильман [15], рассматривая личностные факторы регуляции спортивной деятельности, опирался на «многослойную» иерархическую структуру личности спортсмена, в которой выделяются общие и специальные свойства личности. Специальные свойства являются относительно устойчивыми особенностями спортсмена, отвечают требованиям вида спорта и влияют на успешность, что позволяет рассматривать их как спортивно-важные качества. Подчеркиваются возможности развития личности в ходе тренировочной и соревновательной деятельности [14, 15].

Психологическая подготовка связана с сознательной активностью спортсмена в целенаправленном управлении своими двигательными действиями, с произвольной регуляцией психических процессов и состояний в условиях как тренировки, так и соревнований. Специфика психологической подготовки раскрывается на примере велоспорта, лыжных гонок, спортивной гимнастики, плавания, фехтования, бокса и др. [2, 3, 4, 5, 6, 7, 12]. Выделены особенности пространственно-временной организации спортивной деятельности. Наибольшее значение придается изучению двигательной реакции (простой, сложной: различительной, дифференцировочной и др.), антиципации как пространственно-временного опережения, скоростных, силовых, координационных и других психомоторных характеристик. Особую роль при этом играют специализированные восприятия – «чувство времени», «чувство дистанции», «чувство темпа», «чувство ритма», «чувство ковра», «чувство снаряда», «чувство прилагаемых усилий» и др.

Однако специальных исследований, посвященных анализу психологической подготовленности на примере водных лыж, выявлено не было. Практический интерес представляет обобщение полученных данных для группы видов спорта со сложной координацией двигательных действий, что позволит оптимизировать организацию и содержание психологической подготовки спортсменов. Развитие произвольной саморегуляции двигательных действий, наряду с совершенствованием мотивационного компонента, накоплением двигательного опыта и развитием простых или сложных психомоторных способностей, рассматривается как важнейший аспект психомоторного развития спортсменов, занимающихся сложными координационными видами спорта.

Таким образом, психологическая подготовка может быть исследована посредством изучения процессуальных характеристик деятельности спортсмена, успешности деятельности, специальных свойств личности, что позволяет подобрать методы и средства для организации процесса управления. Системное рассмотрение психологической подготовки позволяет учитывать специфику вида спорта, возрастные и индивидуальные особенности спортсменов, что способствует росту спортивных результатов посредством формирования личности.

Цель статьи – изучить особенности психологической подготовленности спортсменов различной квалификации для обеспечения успешности спортивной деятельности в водных лыжах.

Задачи исследования.

1. Оценить объективные и субъективные компоненты успешности спортсменов-воднолыжников.
2. Изучить психологическую подготовленность спортсменов, занимающихся водными лыжами.
3. Выявить отдельные психомоторные характеристики спортсменов.

Методы и организация исследования. Выборку испытуемых спортсменов-воднолыжников составили девушки ($n=9$) и юноши ($n=6$), из них 8 – МСМК, 4 – МС, 3 – КМС. Оценка объективных и субъективных компонентов успешности спортсменов воднолыжников проводилась с помощью «Экспертной оценки успешности спортивной деятельности» по десятибалльной шкале [9]. В целях изучения психологической подготовленности спортсменов, занимающихся водными лыжами, был использован диагностический комплекс – «Выявление индивидуального профиля асимметрии» ВИПА (свидетельство о регистрации №132, В.Г. Свищевский, Е.В. Силич, Е.В. Мельник, 2010), субтест: «Пространственно-временное восприятие» (делитель, полоска, спираль, дозированный теппинг-тест) для выявления отдельных психомоторных характеристик спортсменов [13]. Также использовался опросник «Психологическая подготовленность спортсмена» (С.М. Гордон, Л.Т. Ямпольский, 1981) [5].

Изложение основного материала исследования с обоснованием полученных научных результатов. В спортивной деятельности большое значение занимают особенности пространственно-временного восприятия спортсмена (ПВВС), которое направлено на оценку особенностей зрительно-моторной координации, точное визуальное восприятие и оценку пространственных отрезков и временных интервалов [13]. Зрительно-моторная координация

имеет большое значение во многих видах спорта, так как они обеспечивают реализацию технических действий. Точность восприятия пространственных величин зависит от врожденной организации зрительного аппарата и косвенно отражает текущее функциональное состояние спортсмена. По результатам диагностики ВИПА были выявлены отдельные показатели пространственно-временного восприятия (табл. 1).

Таблица 1

Пространственно-временное восприятие спортсменов-воднолыжников

Тест	Психомоторные показатели	\bar{X}	$S_{\bar{X}}$
«Делитель» – глазомер	Смещение влево – $\sum л$ (отрицательные)	39,733	6,3053
	Смещение вправо – $\sum п$ (положительные)	22,600	4,0494
	Точность деления (большой отрезок)	7,947	1,2159
	Точность деления (малый отрезок)	5,093	0,6805
«Полоска»	Лучшее время прохождения слева направо	5,759	1,5554
	Лучшее время прохождения справа налево	5,495	1,4763
«Спираль»	Лучшее время прохождения по часовой стрелке	11,386	1,9600
	Лучшее время прохождения против часовой стрелки	10,305	1,5393
«Дозированный теппинг-тест»	Коэффициент психомоторного возбуждения (правая рука)	0,567	0,0337
	Коэффициент психомоторного возбуждения (левая рука)	0,731	0,0513

Для выявления способности к восприятию пространственных отрезков – глазомера применялся тест «Делитель». Спортсменам предлагалось разделить 10 отрезков различной длины пополам. В условных единицах измерялись показатели смещения от центра вправо или влево.

Установлено, что у спортсменов воднолыжников точность пространственного восприятия при делении прямых отрезков характеризуется средним уровнем выраженности глазомерных способностей ($7,95 \pm 1,21$ усл. ед. при делении большого отрезка; $5,09 \pm 0,68$ усл. ед. при делении малого отрезка). Преобладает большее смещение влево ($39,73 \pm 6,31$ усл. ед. против $22,60 \pm 4,05$ усл. ед.), что отражает правостороннюю сенсорную асимметрию. Глазомерные способности имеют большое значение во многих видах спорта (стрельба пулевая, футбол, баскетбол, спортивная и художественная гимнастика и др.), так как предполагают точное визуальное восприятие, оценку пространственных отрезков и позволяет осуществлять действия без применения каких-либо измерительных приборов.

Выявлены достоверные различия при делении большого отрезка между юными и взрослыми спортсменами различной квалификации (МСМК – $4,95 \pm 0,99$ усл. ед., МС и КМС – $10,56 \pm 1,64$ усл. ед., $t = -2,81$ при $P < 0,05$), что свидетельствует о лучше развитом глазомере у спортсменов более высокой квалификации.

Тесты «Полоска» и «Спираль» предназначены для выявления зрительно-моторной координации, ведущей стороны движения и времени прохождения условных отрезков. Фиксировались время прохождения отрезка влево и вправо, по часовой стрелке и против часовой стрелке, количество касаний. Выявлено, что спортсмены-воднолыжники характеризуются отчётливостью зрительно-моторной координации, оптимальной скоростью прохождения прямых и изогнутых отрезков в обе стороны.

Между спортсменами различной квалификации достоверных различий выявлено не было ($P > 0,05$). Однако отдельные показатели характеризуются большей выраженностью у МСМК. Лучшее время прохождения отрезка слева направо у МСМК – $4,76 \pm 1,82$ усл. ед., МС и КМС – $6,64 \pm 2,51$ усл. ед.; лучшее время прохождения спирали по часовой стрелке у МСМК – $9,08 \pm 1,72$ усл. ед., МС и КМС – $13,41 \pm 3,30$ усл. ед.

Тест «Дозированный теппинг-тест» предназначен для выявления показателей психомоторного возбуждения, восприятия темпа и ритма. В качестве измеряемых показателей выступают максимальная частота движений левой и правой рукой и коэффициент психомоторного возбуждения. У спортсменов-воднолыжников отмечен оптимальный уровень психомоторного возбуждения с установкой на скоростные движения ($0,57 \pm 0,03$ усл. ед.). У спортсменов МСМК отмечено повышение коэффициента как при выполнении правой, так и левой рукой ($0,52 \pm 0,05$ и $0,79 \pm 0,10$ соответственно).

Опросник «Психологическая подготовленность спортсмена» позволил описать характер психологической подготовленности спортсмена и измерить ее составляющие: устойчивость к стресс-факторам соревнований – фрустрационную толерантность; умение контролировать и управлять психическим состоянием и поведением – самоконтроль; способность к мобилизации и активизации деятельности – волевою активность.

По шкале фрустрационная толерантность спортсмены-воднолыжники набрали 20,4 ± 1,1 усл. ед., что соответствует средней степени развития данного качества, характеризует уравновешенность, уверенность в своих силах, психическую устойчивость к трудностям спортивной жизни, умеренную впечатлительность. В ходе сравнительного анализа было выявлено, что стрессоустойчивость у юниоров выше (22,1 ± 4,45 усл. ед.), чем у взрослых (19 ± 3,95 усл. ед.), что говорит о лучшей переносимости высоких нагрузок, охотном участии в соревнованиях, меньшей степени переживаний при временных неудачах и неожиданных поражениях (табл. 2). Однако спортсменам часто не хватает критического отношения к своим поступкам и недостаткам, они не склонны к самоанализу, плохо понимают истинные мотивы своих поступков.

Таблица 2

Сравнительный анализ показателей психологической подготовленности и спортивной успешности воднолыжников

Показатели	МСМК (n=7)		КМС, МС (n=8)		t
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	
Фрустрационная толерантность	22,429	4,1975	18,750	3,8822	1,76335
Самоконтроль	9,714	1,7995	9,500	2,3299	0,19699
Волевая активность	21,286	2,3604	16,125	6,3794	2,01519
Спортивный разряд	9,000	0,0000	7,625	0,5175	6,99555
Спортивный стаж	6,857	0,6901	5,375	0,9161	3,49422
Рейтинг в Республике Беларусь	9,714	0,4880	8,875	0,6409	2,81849
Спортивный статус	9,000	1,4142	7,250	1,1650	2,62929
Количество соревнований за год	4,714	1,6036	4,375	0,7440	0,53799
Наивысший ранг соревнований	7,714	0,4880	6,375	0,7440	4,05144
Занятое место	9,714	0,7559	9,250	1,0351	0,97842
Объективная успешность	8,102	0,4342	7,018	0,4795	4,56223
Отношение к спорту	9,286	0,7559	8,500	1,0690	1,61919
Дисциплинированность	8,143	0,8997	8,000	1,8516	0,18527
Успешность выступлений	7,571	1,3973	6,625	1,4079	1,30340
Уровень сложности	8,000	1,4142	7,000	1,0690	1,55779
Стабильность выступлений	7,143	1,9518	6,000	1,8516	1,16312
Безошибочность	7,143	1,2150	6,000	1,5119	1,59699
Физическая подготовленность	7,857	1,0690	8,250	1,1650	-0,67671
Чувство времени	8,143	1,4639	7,375	1,8468	0,88263
Чувство темпа, ритма	8,143	1,2150	7,500	1,4142	0,93675
Быстрота реакции	8,429	0,9759	7,500	1,4142	1,45695
Уровень мотивации	8,429	0,9759	7,750	1,4880	1,02636
Волевой самоконтроль	8,000	1,9149	7,625	1,5059	0,42450
Эмоциональная устойчивость	8,429	1,1339	7,750	1,4880	0,98116
Способность к саморегуляции	8,143	1,6762	6,750	1,9821	1,45695
Индивидуальный стиль деятельности	8,286	0,7559	7,250	1,7525	1,44514
Субъективная успешность	8,076	0,9702	7,325	1,1186	1,37871

Это обуславливает необходимость включения в учебно-тренировочный процесс средств и методов формирования эмоциональной устойчивости, умения сохранять в экстремальных условиях уровень оптимального эмоционального реагирования, что может способствовать развитию общих адаптивных способностей, повышению работоспособности и эффективности

двигательных действий. Высокий уровень фрустрационной толерантности позволяет спортсмену преодолевать трудности, безошибочно осуществлять тренировочную и соревновательную деятельность в сложной обстановке.

По шкале самоконтроля, которая предназначена для измерения степени овладения приемами саморегуляции и самоконтроля, средний балл по группе составил $9,6 \pm 0,52$ усл. ед., что соответствует высокой степени развития данного качества и свидетельствуют о собранности, организованности, целенаправленности поведения. Они хорошо осознают свои цели, продумывают способы их достижения, действуют планомерно и упорядоченно.

При сравнительном анализе была выявлена тенденция к различию по показателю «самоконтроль» ($t=1,3$). У взрослых и опытных спортсменов отмечена более высокая степень самоконтроля (взрослые – $10,2 \pm 0,70$ усл. ед.; юниоры – $8,8 \pm 0,74$ усл. ед.). Таким образом, успешность соревновательной деятельности в условиях острой конкурентной борьбы за лучший результат предъявляет повышенные требования к способности спортсмена контролировать свое поведение, управлять своими чувствами, желаниями, мыслями, действиями. Полученные данные указывают также на необходимость систематического использования средств и методов психолого-педагогического воздействия, направленных на формирование умений произвольной саморегуляции поведения в экстремальных условиях.

По шкале волевой активности испытуемые характеризуются средней степенью развития данного качества – $18,5 \pm 1,4$ усл. ед., что отражает решительность, уверенность и активность спортсменов-воднолыжников. Они хорошо чувствуют себя в условиях соревнований, не боятся ответственности, однако им может не хватать упорства и настойчивости в достижении поставленных целей, умения оказать активное сопротивление сбивающим факторам соревнований. Волевая активность рассматривается как мера овладения субъектом деятельности собственным поведением в различных ситуациях. Спортивная деятельность, с одной стороны, требует для достижения высоких результатов проявления волевых качеств, а с другой стороны, является средством их развития и формирования.

При сравнении показателей успешности были выявлены достоверные различия между девушками и юношами по показателям спортивный статус (СС) ($t=2,16$) и объективная успешность (ОУ) ($t=2,46$). В среднем у девушек эти показатели ниже (СС – $7,44 \pm 1,66$ усл. ед.; ОУ – $7,2 \pm 0,7$ усл. ед.), чем у юношей (СС – $9,00 \pm 0,63$ усл. ед.; ОУ – $8,0 \pm 0,4$ усл. ед.). При сравнительном анализе спортсменов с различной квалификацией была отмечена тенденция к значимым различиям по показателям безошибочность ($t=1,59$), быстрота реакции ($t=1,46$), способность к саморегуляции ($t=1,45$), индивидуальный стиль деятельности ($t=1,44$), субъективная успешность ($t=1,38$), фрустрационная толерантность ($t=1,76$). У спортсменов более высокой квалификации все выше перечисленные показатели выше, чем у КМС и МС, что позволяет говорить о том, что необходимые качества для успешного выступления на соревнованиях приобретаются в процессе продолжительных тренировок и растут с повышением мастерства спортсмена.

Выводы.

1. У спортсменов воднолыжников высокой квалификации отмечены высококоразвитое осознание своих целей, продумывание способов их достижения, планомерность и упорядоченность действий, высокая степень собранности, организованности, целенаправленности поведения.
2. Спортсмены более высокой квалификации (МСМК) обладают лучшим развитием сенсорно-моторной координации и глазомера. Для них свойственна более высокая степень развития саморегуляции, лучшие показатели безошибочности и быстроты реакции, а также более выраженный индивидуальный стиль деятельности.
3. В ходе сравнительного анализа было выявлено, что юниоры лучше переносят высокие нагрузки, охотнее участвуют в соревнованиях и в меньшей степени переживают при временных неудачах и неожиданных поражениях, чем взрослые спортсмены. Однако им часто не хватает критического отношения к своим поступкам и недостаткам, они не склонны к самоанализу, плохо осознают мотивы своих поступков. У взрослых, более опытных спортсменов

отмечен развитый самоконтроль, что позволяет им успешно реализовывать программу в экстремальных условиях соревнований различного масштаба.

Перспективы дальнейших поисков в данном направлении. Изучение специфических особенностей сложнокоординационных видов спорта, их опосредованного противоборства, высокого уровня субъективизма в оценке выступления, высоких требований к управлению двигательными действиями позволяют выделить спортивно-важные качества, обеспечивающие успешность в избранном виде спорта. Установление типичного и индивидуального уровня сформированности спортивно-важных качеств приобретает особую значимость не только на примере одного вида спорта, у спортсменов различающихся по квалификации, возрасту, полу, но и при сопоставлении других сложнокоординационных видов спорта (спортивной и художественной гимнастики, прыжков на батуте и акробатической дорожке, прыжков в воду, фристайла, спортивной акробатики, прыжков на лыжах с трамплина и др.).

Список литературы

1. *Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л. : Изд-во ЛГУ, 1968. – 339 с.
2. *Бахвалов В. А.* Психологическая подготовка велогонщика / В. А. Бахвалов, А. Н. Романов. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 63 с.
3. *Богомолов А. П.* Психологическая подготовка гимнастов / А. П. Богомолов, К. С. Каракашьянс, Е. Г. Козлов. – М. : Физкультура и спорт, 1974. – 80 с.
4. *Горбунов Г. Д.* Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Советский спорт, 2006. – 296 с.
5. *Гордон С. М.* Оценка психологической подготовленности спортсмена: метод. разработка для слушателей Высшей школы тренеров и ф-та усовершенствования / С. М. Гордон, Л. Т. Ямпольский. – М. : ГЦОЛИФК, 1981. – 24 с.
6. *Горская Г. Б.* Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов: учеб. пособие / Г. Б. Горская. – Краснодар : КГИФК, 1995. – 186 с.
7. *Григорьянц И. А.* Содержание и методика общей психологической подготовки гимнастов: методическая разработка / И. А. Григорьянц. – М. : ГЦОЛИФК, 1991. – 28 с.
8. *Малкин В. Р.* Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 200 с.
9. *Мельник, Е. В.* Экспертная оценка успешности спортивной деятельности (на примере сложнокоординационных видов спорта) / Е. В. Мельник, Е. В. Силич // Спортивный психолог. – 2010. – №3 (21). – С. 73–79.
10. *Платонов, К. К.* Система психологии и теория отражения / К. К. Платонов. – М. : Наука, 1982. – 309 с.
11. Психологическое обеспечение спортивной деятельности: монография // под общ. ред. Г. Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
12. *Родионов А. В.* Практическая психология физической культуры и спорта / А. В. Родионов. – Махачкала: Юпитер, 2002. – 168 с.
13. *Силич Е. В.* Диагностический комплекс по выявлению индивидуального проф. асимметрии спортсмена : пособие / Е. В. Силич, Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий; под ред. Е. В. Мельник. – Минск : БГУФК, 2010. – 88 с.
14. *Стамбулова Н. Б.* Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н.Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 368 с.
15. Стресс и тревога в спорте : междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
16. *Cox R. H.* Sport psychology : concepts and applications / R. H. Cox. – Boston – N.Y. : the McGraw – Hill Company, 1994. – 458 p.
17. *Costas I K.* Inside sport psychology / I. K. Costas, P. C. Terry. – Champaign : Human Kinetics, 2011. – 235 p.

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОДНЫМИ ЛЫЖАМИ**

Елизавета МЕЛЬНИК, Елена СИЛИЧ, Ирина ДЫМОНТ

Белорусский государственный университет физической культуры, Беларусь

Аннотация. В статье представлены показатели психологической подготовленности спортсменов, занимающихся водными лыжами. Изучены характеристики пространственно-временного восприятия, самоконтроль, волевая активность, стрессоустойчивость, спортивная успешность. Сравнительный анализ психологической подготовленности спортсменов-воднолыжников различной квалификации позволил установить спортивно-важные качества.

Ключевые слова: водные лыжи, психологическая подготовка, психомоторные качества, спортивно-важные качества, самоконтроль, сложнокоординационные виды спорта, успешность.

**COMPARATIVE ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION
OF SPORTSMEN OF WATER SKIERS DIFFERENT QUALIFICATION**

Yelyzaveta MELNIK, Olena SILICH, Iryna DIMONT

Belorus State University of Physical Culture, Belarus

Annotation. The article presented psychological preparedness of water-skiers and their characteristics. Such factors as spatio-temporal perception self-control, will activity, stress resistance, sport progress have been studied. Comparative analysis of water skiers with different qualification has enabled to determine sport qualities which are great importance.

Key words: water skier, psychological preparedness, psychomotor abilities, sport qualities, self-control, highly coordinating kinds of sport, progress.