

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВАТЕРПОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Софія СМІРНОВСЬКА

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

Вступ. У різних видах спорту за останні роки успішно реалізовано диференційовані підходи до підготовки спортсменів з урахуванням психофізіологічних характеристик. Зважаючи на тенденції, набуває актуальності питання урахування психофізіологічних характеристик спортсменів під час побудови процесу підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення [1,2,3].

Мета роботи: визначити кількісні параметри психофізіологічних характеристик ватерполістів на етапі попередньої базової підготовки.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, документальний метод, вимірювання, методи математичної статистики.

У ході дослідження було проведено вимірювання психофізіологічних параметрів ватерполістів на етапі попередньої базової підготовки. Дослідження проведено із використанням комп'ютерного комплексу для психофізіологічного тестування «Нейрософт-психотест». У дослідженні взяло участь 26 спортсменів (табл. 1).

Таблиця 1

Показники психофізіологічних характеристик ватерполістів на етапі попередньої базової підготовки

№	Показник	Результат
1	Проста зорово-моторна реакція	244,9 (±46)
	К-сть помилок	2
2	Реакція на рухомий об'єкт	-6,7 (±22,8)
	К-сть точних реакцій	54%
	К-сть випереджень	37%
	К-сть запізнь	9%
3	Реакція розрізнення	301,1 (±45,2)
	К-сть помилок	3
4	Реакція вибору	301,4 (±50,8)
	К-сть помилок	3,4
5	Стійкість до перешкод	301,2 (±40,3)
	К-сть випереджень	2,2
	К-сть запізнь	1,2
6	Силова витривалість кисті	92%

Результати дослідження. У ватерполістів на етапі попередньої базової підготовки показник швидкості простої зорово-моторної реакції становить 244,9 мс, що відповідає високому рівню цієї реакції, зокрема показник рівня реакції на рухомий об'єкт дорівнює -6,7 мс (див. табл. 1). Однак для ватерполістів характерна висока точність реакції на рухомий об'єкт, яка становить 54%.

Середній показник реакції розрізнення й реакції вибору ватерполістів дорівнює 301,1 мс та 301,4 мс, відповідно, (див. табл. 1), є в межах норми та відповідає середньому значенню.

Також у ватерполістів спостерігається висока стійкість до перешкод. Водночас низька кількість помилок свідчить про врівноваженість нервових процесів та високу концентрацію уваги.

Визначено, що показник силової витривалості кисті спортсменів становить 92%, що відповідає високому показнику, а це свідчить про силу нервової системи ватерполістів.

Висновок. У ході дослідження встановлено, що для ватерполістів на етапі попередньої базової підготовки характерна висока швидкість простої зорово-моторної реакції, концентрація уваги, сила нервових процесів, стійкість до перешкод, а також високі показники в точності реакції на рухомий об'єкт із переважанням реакцій випередження над реакціями запізнення.

Ключові слова: водне поло, психофізіологічні характеристики, підготовка спортсменів, ватерполісти.

Список використаних джерел

1. Korobeynikov GV, Korobeynikova LG, Mishchenko VS, Kharkovlyuk-Balakina NV, Ivashchenko OO, Dudnik OK. Otsinka psikhofiziologichnoho stanu u bortsiv vysokoi kvalifikatsiyi v umovakh trenuvalnykh navantazhen za neyrodynamichnymy kharakterystykamy [Estimation of psychophysiological condition of wrestlers of high qualification in the conditions of training loadings on neurodynamic characteristics]. *Visnyk ONU*. 2018;2(43):139–148. [Ukrainian]
2. Repko EA, Kozina JL, Karyuchenko DN. Osobennosti psikhofiziologicheskikh funktsiy u fekhtovalshchikov po sravneniyu s predstavitelyami tsiklicheskikh i igrovyykh vidov sporta [Features of psychophysiological functions in fencers in comparison with representatives of cyclic and game sports]. *Health, Sport, Rehabilitation: Scientific Journal on Problems of Physical Education, Sports, Rehabilitation and Recreation*. 2018;2(4):96–105. [Russian]
3. Briskin YA, Ostrovskyy MV, Chaplinsky MM, Sydorko OY, Polehoiko MB, Ostrovska NT, et al. Features of the development of physical qualities of water polo players. *J Physical Educ Sport*. 2015;15(3):550–543.