

solution of different kinds of problems which arise in the sport practice is based. To our mind of special research interest is the analysis of instruktural communication in its mutual relations of all its structural components.

ВИКОРИСТАННЯ ТВОРЧОГО ТРЕНІНГУ У ПІДГОТОВЦІ СПОРТИВНИХ ІГРОВИХ КОМАНД

СОФІЯ САЛЬНІКОВА

Український державний університет фізичного виховання та спорту

У сучасному спорті, щоб досягти великих успіхів, недостатньо мобілізації усіх фізичних і психологічних можливостей спортсмена. У спорті вищих досягнень перемагає той, хто знайшов новий шлях реалізації своїх потенціалів. Одним з них, на наш погляд, є розвиток творчих здібностей, тобто реалізація не тільки фізичного, а й інтелектуального потенціалу гравця, фігуриста, борця і т.і. Ми вважаємо, що в певних видах спорту активізація творчого потенціалу повинна посідати далеко не останнє місце в організації тренувань.

Специфіка ігрових видів спорту, а саме: непередбачуваність ігрових ситуацій, залежність дій спортсмена від активності партнерів і суперників, динаміка самої гри і т. ін, надає спортсменам багато можливостей для творчого підходу до своєї діяльності.

Для підсилення творчого потенціалу спортсменів ігрових команд була розроблена програма 20-годинного тренінгу креативності. Зміст тем програми був такий:

- 1 Психологія розв'язування проблем і прийняття групового рішення: типи проблем (задач) і відповідні типи розумової діяльності; методи групової творчої роботи; прийоми

ефективного спілкування під час прийняття групового рішення.

Побудова індивідуальних психологічних моделей поведінки в ситуації “Я і проблема”: творча групова робота над створенням психологічних моделей з використанням евристичних прийомів (аналогія, асоціація, емпатія та ін.); побудова узагальненої групової моделі ефективної поведінки в ситуації зустрічі з проблемою; аналіз ситуації індивідуального успіху в подоланні проблеми.

Використання логічних і евристичних прийомів розв’язування творчих задач. Технологія прийняття групового рішення: розв’язування логічних задач і аналіз прийомів спілкування під час прийняття групового рішення; аналіз явищ лідерства в групі.

Аналіз і самоаналіз індивідуальної і групової реакції на неуспіх у творчій діяльності: розв’язування складних творчих задач; виконання невербальних вправ з метою усвідомлення індивідуального стилю подолання стану після неуспіху; аналіз ситуацій індивідуального неуспіху в професійній сфері (сфера професійних проблем).

Підсилення розумових здібностей за рахунок використання прийомів творчої уяви. Дослідження явищ офіційного і неофіційного лідерства: групова робота над складними задачами на творчу уяву; дослідження явища накладання відповідальності за групову роботу.

Уточнення індивідуальної моделі поведінки в ситуації “Я і проблема”: аналіз і розв’язування індивідуальних проблем; використання методу психомалюнка з метою уточнення індивідуальних уявлень про власну поведінку в проблемних ситуаціях; підсумкова професійна ділова гра і підсумковий самоаналіз.

Навчання креативності проводилося в ігрових командах спортсменів-професіоналів (з волейболу “Ремтехсільмаш”, м.Вінниця; з хокею на траві “Олімпік”, м.Вінниця) у передзмагальний період. Необхідно було визначити характер

впливу творчої (неспортивної) діяльності на стан спортсмена. Пошук критеріїв призвів до застосування показників опору шкіри в біологічно активних точках. Ці точки відрізняються від оточуючих їх зон шкіри величиною свого електричного потенціалу і опору, температурою і іншими властивостями; сучасні китайські автори називають їх “новими точками руки”, точками реанімації, або “швидкої допомоги”.

Аналіз замірів електрошкірних характеристик у біологічно активних точках кінчиків пальців рук у спортсменів довів, що під час групового творчого тренінгу спостерігається така перебудова поточної (ситуативної) психофізіологічної готовності до діяльності, як і під час спортивного тренування. Це вказує на можливість використання у спортивній підготовці команд (наприклад, в передзмагальний період) групового творчого тренінгу як одного з методів впливу на готовність спортсменів до змагань. Оскільки програма тренінгу містить в собі альтернативні ситуації групового успіху і неуспіху, то можна цілеспрямовано впливати на психофізіологічну готовність членів команди, якщо міняти місце і зміст творчого тренінгу в змагальному періоді. Наприклад, після неуспіху в змаганнях запропонувати варіант тренінгу з ситуацією, яка містить в собі креативні задачі, що розв'язуються за принципом: чим більше різноманітних ситуацій, тим краще. І навпаки, у випадках серії перемог для мобілізації команди на подальшу боротьбу можна рекомендувати застосування в творчому тренінгу набору завдань, які провокують груповий неуспіх. Це нестандартні завдання, спрямовані на пошук єдиного оптимального рішення серед великої кількості різноманітних варіантів.

Застосування творчого тренінгу у вказаних вище командах викликало інтерес у спортсменів і тренерів. Членів команди (творчої групи) зацікавили нестандартні задачі, можливість попрацювати всією командою в незвичних умовах, прояви оригінального мислення окремих

спортсменів, можливість створювати оптимальну взаємодію і сприятливу психологічну атмосферу стосунків. Результати психологічних напрацювань переносилися на спортивний майданчик. Вони сприяли покращанню психологічного бачення своїх можливостей і можливостей партнерів. Здатність діяти нестандартно в умовах креативного тренінгу може стати поштовхом для аналогічної поведінки в умовах спортивної діяльності.

Таким чином, практичний психолог спортивної команди може вводити в арсенал професійних методів тренінги різної спрямованості, у тому числі, творчі.

This article is dedicated to the problem of development of creative abilities of sportsmen. In the course of experiments with the group of basketball players, football players and so on, it was carried out a psychological group training of creativity. The purpose of this training is intensification of creative potential of sportsmen. Character of influence of creative loading at the readiness of the player to sports activities was defined.

Analysis of statistics of electrodermal resistance in biologically active points showed that during creative training one could see the same change temporary (situational) of psychophysiological readiness of the sportsmen to the activities, as it was during sports training. This indicates at the possibility of implementation of sports preparation of playing teams, (in the precompetition period), of a group creativity training, as one methods of influence at the readiness of sportsmen to competition and at the sports results in the whole.