

2. Прохоров А.О. Мотивы и эффективность занятий взрослого населения популярными формами оздоровительной физической культуры // Теория и практика физ. культуры. – 1988. - № 2. – С. 5-6.

THE DYNAMICS OF FORMING MOTIVATION OF POPULATION TO HEALTH PHYSICAL CULTURE

A.BRIJATY, L.PROKOPOVA

State Teachers University, Sumy, Ukraine

The motive of saving a strengthening of health consists a main part of the all age stages of personal development. The structure of motivation is inhomogeneous. The hierarchy of motives depends on physiological, social and demographics factors.

ПРОБЛЕМА КОНФЛІКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ФУТБОЛЬНИХ КОМАНДАХ

А.І. БУЗНІК

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Дослідження конфліктної взаємодії у спортивних командах визначається необхідністю удосконалення науково – обґрунтованих методів і засобів колективно – психологічної підготовки футбольних команд до змагань. Аналіз наукової та науково – популярної літератури засвідчує, що у вітчизняній психології спостерігається тенденція підвищення інтересу до вивчення різноманітних аспектів різних типів конфліктів, що вибирає особливого звучання та наукового резонансу в контексті формування теоретичних та методологічних засад сучасної науки конфліктології. Необхідно констатувати, що результатом цих досліджень є розробка понятійної схеми аналізу конфлікту, передусім визначення сутності конфлікту і основних понять, які його описують, типологія конфліктів, їх причин і стратегії вирішення, умови запобігання конфліктів і рекомендації щодо конструктивного їх вирішення. Дослідженню окремих методичних, загальнотеоретичних та прикладних аспектів проблеми конфліктів у спорті присвятили свої праці Ю.Л. Ханін, Ю.А. Болонейцев, І.І.Сулейманов, Д.Я. Богданова, І.П. Волков, Г.В. Ложкін, В.Г. Ласькова, О.О.Єршов та ін. Предметом численних досліджень стали форми вияву конфліктів між суб'єктами взаємодії та їхні причини, поведінкова характеристика особистостей схильних до конфліктів [1]. Разом з тим не знайшла належного вирішення проблема конфліктної взаємодії членів збірних команд з футболу, що пояснюється складністю уніфікації і об'єктивізації чинників розгортання і вирішення конфлікту, відсутністю простих і об'єктивних тестових методик дослідження цього феномену. Викладене обумовлює актуальність наших досліджень.

Головною метою дослідження є отримання нових теоретичних та експериментально обґрунтованих психолого–педагогічних знань стосовно особливостей конфліктної взаємодії кваліфікованих футболістів і на цій основі визначення шляхів управління. Конфліктні взаємодії, що виникають у спортивних командах, необхідно досліджувати як феномен у системі внутрішньо групових відносин, що формуються між членами групи у процесі соціально зумовленої спільної діяльності. Діяльність у спортивних командах з футболу упорядкована на досягнення взаємопов'язаних між собою 3 – х типів цілей:

1. Забезпечення продуктивності, й результативності спортивної діяльності.
2. Створення можливостей членам групи з метою реалізації особистих потреб, інтересів, задоволень, які сприяють успішності соціалізації на певному етапі вікового розвитку.
3. Досягнення інтеграції і згуртованості групи.

Успіх реалізації вище окреслених цілей забезпечує збалансованість систем внутрішньо-групової взаємодії у спортивній команді. Об'єктивним підґрунтям конфліктної взаємодії у футбольних командах є не лише предметно діяльності суперечності, а й протиріччя, що зумовлені віковою специфікою, особливостями професійного становлення,

відмінністю у потребах, розбіжністю в установках, мотивах, цілях, інтересах, прагненнях та статусу в команді. Власне наявність таких розбіжностей і створює об'єктивну основу для конфліктної взаємодії спортсменів. Оскільки зовсім уникнути конфліктної взаємодії членів команди неможливо, ми повністю поділяємо точку зору психологів, яка полягає в тому, що нині важливо не уникати конфлікту, а конструктивно його вирішити, виробити певну тактику, стратегію поведінки, яка дала б можливість вийти з конфлікту з найменшими витратами, з певними позитивними наслідками для її учасників. Критерієм ефективності діяльності, що спрямована на вирішення конфліктної ситуації, на нашу думку, є досягнення адаптивного результату конфліктної взаємодії. Вихідним положенням цього твердження ми вважаємо основи концепції адаптивної поведінки, що розроблена Ю.В. Мікадзе [2]. Організація поведінки здійснюється на різних рівнях: біомеханічному, фізіологічному, психічному, соціальному. Адаптивна поведінка на психічному рівні у широкому розумінні визначається як сукупність саморегулюючих процесів, що функціонують за рахунок психофізіологічних і психічних механізмів. Вирішення конфліктних взаємодій у контексті адаптивної поведінки передбачає конструктивне перетворення конфліктної ситуації і достатньо швидко стабілізацію взаємовідносин. Реалізація конфліктної поведінки, що орієнтована на досягнення адаптивного результату, передбачає:

1. Адекватне відображення об'єктивного плану конфліктної ситуації, вірне усвідомлення своїх цілей, потреб, інтересів, що переслідуються у даній конфліктній ситуації, адекватне відображення її з позиції опонента, прогнозування наслідків вирішення;

2. Вибір ефективної стратегії, способів вирішення конфліктної ситуації; реалізацію обраної стратегії за допомогою конкретних дій;

3. Оптимальну емоційну регуляцію поведінки; своєчасну фіксацію початку і закінчення конфліктної ситуації; вибір загального емоційного фону поведінки в умовах її протікання. Необхідно констатувати, що адаптивність конфліктної поведінки опосередкована індивідуально – психологічними особливостями особистості опонентів. Спостереження свідчать, що 75 % конфліктів відбувається без бажання їх учасників, зокрема, внаслідок використання конфліктогенів. На думку В. Шейнова [3], власне конфліктогенам належить провідна роль у виникненні та ескалації конфліктних взаємодій. Пояснити це можна особливостями людської психіки, а саме підвищеною чутливістю до слів, дій інших людей. Власне поняття “конфліктоген” В. Шейнов [3] розуміє як певні слова, дії, що спричиняють виникнення конфліктної ситуації. Він відокремлює три типи конфліктогенів: прагнення до переваг, прояв агресивності, прояв егоїзму. Прагнення до переваг проявляється в наших наказах, погрозах, зауваженнях, звинувачуваннях, критиці, категоричних судженнях, нав'язливих порадах. Агресивність може проявлятися як риса особистісна і як реакція на ситуацію, що склалася. На думку В. Шейнова, людина з високим рівнем агресивності – “ходячий конфліктоген”, оскільки намагається вирішити власні проблеми за рахунок інших, “вилити” на них злість та роздратованість. Проте дослідження свідчать, що у більшості людей природна агресивність у нормі, а проявляється лише ситуативна. Будь – які прояви егоїзму і перетворення його на домінуючу спрямованість особистості пояснюються серйозними вадами виховання. З метою досягнення “безконфліктної” взаємодії у групі, доцільно не використовувати конфліктогенів, не відповідати конфліктогеном на конфліктоген, проявляти емпатію до суб'єкта, намагатись виражати позитивні емоції.

Таким чином, вирішення проблеми конфліктної взаємодії у спортивних командах набирає системної цілісності, спорідненої із системою реальної взаємодії членів команд у навчально-тренувальному процесі, сприяє конструктивному вирішенню конфліктних ситуацій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ложкин Г.В., Повакель П.И. *Практическая психология конфликта: Учеб.пособие.* – К.: МАУП, 2000. – 256 с.

2. Микадзе Ю.В. *Методологические принципы психологического анализа нарушений поведения // Вести Московского государственного университета. Серия 14. Психология. - № 2. 1991. - С.12-17.*
3. Шейнов В.П. *Конфликты в нашей жизни и их разрешения. - Минск., 1997.*

THE PROBLEM OF DISPUTED MUTUAL RELATIONS IN FOOTBALL TEAMS

A.I. BUZNIK

National University of Physical Culture and Sport of Ukraine

The objective and subjective reasons which cause occurrence of disputed mutual relations in football teams are investigated in this article.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ СТАН ЯК ФАКТОР, ЩО ВПЛИВАЄ НА ПРОЯВЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ГАНДБОЛІСТОК 15-16 РОКІВ

ГАННА ГАНЖА

Національний університет фізичного виховання та спорту України

АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕМИ

Підготовка жіночих команд у спортивних іграх, а саме у гандболі – процес дуже складний. Комплексність прояву рухових якостей, своєрідність спеціальної фізичної підготовки, складна техніка і тактика гри, особливості психічної діяльності та морально-психологічної підготовки команди, вимагає широкого кола професійних знань та умінь тренера. В заняттях спортом, особливо в спортивних іграх, одне з провідних місць належить психофізіологічним можливостям організму, які можуть відігравати важливу роль в досягненні високих спортивних результатів[2, 3]. Дослідженнями, які було проведено як вітчизняними, так і зарубіжними вченими, встановлений тісний взаємозв'язок функціонального стану та спеціальної працездатності спортсменок із змінами гормонального статусу їх організму. Як природну модель зміни динаміки вмісту гормонів у крові виступають менструальний цикл (МЦ) [1, 4, 5 та ін.]. Ми припустили, що психофізіологічний стан гандболісток змінюється на протязі специфічного біологічного циклу їх організму і впливає на спеціальну працездатність, що безумовно необхідно враховувати при побудові тренувального процесу.

МЕТА РОБОТИ: вивчення впливу гормонального статусу гандболісток 15-16 років на психофізіологічний стан та спеціальну працездатність.

ОБ'ЄКТ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕНЬ

В обстеженні взяли участь 15 спортсменок, які спеціалізуються в гандболі; їх спортивна кваліфікація – II-I розряд, стаж занять гандболом – 6-7 років. Дослідження проводились в кожен фазу на протязі двох-трьох МЦ.

В роботі було застосоване спеціальне анкетування спортсменок. Визначення фаз МЦ проводили за загальноприйнятими методиками. З метою виявлення психофізіологічного статусу спортсменок, ми визначали латентний період простої та складної сенсомоторної роботи (ПЗМР та СЗМР) за допомогою приладу ПНДД-1 [3]. Водночас для характеристики спеціальної працездатності гандболісток ми визначали ефективність кидків м'яча у ворота. Для цього був використаний комплексний тест, розроблений кафедрою спортивних ігор ВНУСУ.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕНЬ

На підставі аналізу одержаних даних нами встановлено, що зміни гормонального статусу на протязі МЦ суттєво впливають на психофізіологічний стан та спеціальну працездатність спортсменок. Результати функціонального стану нейродинамічних процесів представлені на малюнку 1. Латентний період ПЗМР в даній групі гандболісток характеризувався найбільшими величинами в I, особливо III та V фази МЦ, що вказує на підвищену збудливість ЦНС спортсменок. Підвищений рівень збудливості відзначений у II та III фазах. Таким чином, можна припустити, що для розвитку швидкості простого