



УДК 159.9.07

Личностные особенности гимнасток, выступающих в индивидуальных и групповых упражнениях, в условиях нестандартных ситуаций

М. М. Кашапов, Т. В. Огородова

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова, г. Ярославль

Л. В. Тимофеева

Ярославский государственный медицинский университет, г. Ярославль

Аннотация. Представлен анализ различий личностных характеристик спортсменов, выступающих в групповых и индивидуальных видах на примере художественной гимнастики. В ходе исследования установлено, что при наличии общей структуры личностных характеристик гимнасток существуют определенные психологические различия в зависимости от их специализации внутри вида спорта. Выявлено, что в подструктуре направленности проявляются: преобладание направленности на себя для спортсменок, выступающих в личных упражнениях, и более высокий уровень субъективного контроля в отношении ведущей деятельности у спортсменок, выступающих в групповых упражнениях. Установлена гомогенность структур личностных качеств всех гимнасток, при этом структура личности гимнасток, выступающих в групповых упражнениях, более организована в целом и подструктурах направленности и индивидуальных психологических процессов.

Ключевые слова: личность спортсмена, художественная гимнастика, направленность, мотивация.

По утверждению А. Л. Попова, в спортивной деятельности весьма четко выражено стремление к направленному формированию личности, к воспитанию такого сплава психических свойств, который обеспечил бы спортсмену большую вероятность успеха в соревнованиях по определенному виду спорта [8]. Психологи постоянно встречаются с фактами значимых межгрупповых различий по свойствам и качествам личности в различных видах спорта, а также внутригрупповых различий представителей одного и того же вида спорта, но различных спортивных амплуа в командных видах. В полной мере сказанное относится и к особенностям личности спортсмена: темпераменту, характеру и способностям. Данные проявления зависят как от природных, врожденных предпосылок развития психики, так и от влияния среды; формируются и развиваются в процессе воспитания, тренировок, соревнований.

Исследования личности спортсмена проводились многими авторами (Е. П. Ильин [3], Л. В. Маришук [6], А. В. Родионов [11], Л. К. Серова [13],

В. Д. Сивицкий [14], Н. Б. Стамбулова [15] и др.). Изучались и различия в характеристиках спортсменов, выступающих в индивидуальной программе и в команде (Ю. А. Коломейцев [5], П. А. Рудик [12]). Однако большинство видов спорта предусматривают либо индивидуальные, либо командные выступления. В художественной гимнастике соревнования проходят как по индивидуальной, так и по групповой программе. В связи с этим возникает вопрос: есть ли внутри одного вида спорта специфические особенности личности у гимнасток-«художниц», выступающих в групповых и индивидуальных упражнениях? Можно ли на основании психологических данных прогнозировать успешность гимнастики в той или иной специализации?

Анализ публикаций исследований в гимнастике за последние семь лет отражает интерес к следующим темам: особенности мотивации гимнасток (А. А. Анохова [1], Т. В. Огородова [7], Л. Н. Роголёва [10], В. Б. Токарева [7], О. А. Циммерман [17]), функциональная асимметрия в художественной гимнастике (Е. М. Винклер [2]), психологическая подготовка гимнасток (А. Л. Попов [8], О. Л. Речкалова [9]). Единичные исследования сравнивают гимнасток, выступающих в групповых и индивидуальных упражнениях. Так, Х. Н. Филиппович изучала доминирующие психические состояния и тревожность у спортсменов командных и индивидуальных видов спорта на примере гимнасток [4; 16].

Актуальность проведенного исследования определяется не только практическим запросом со стороны тренера и спортсмена, но и теоретической неразработанностью вопроса сравнения психологических особенностей гимнасток, выступающих в личных и групповых упражнениях, с последующей возможностью более ранней и успешной специализации спортсменов.

Методика и процедура исследования

Диагностический аппарат исследования включает:

– *подструктуру направленности*: ориентационная анкета (Б. Басс); модификация теста-опросника А. Мехрабиана для измерения мотивации достижения (ТМД) (М. Ш. Магомед-Эминов); опросник «Мотивация занятий спортом подростков» (А. А. Моисеева, Т. В. Огородова); методика УСК (уровень субъективного контроля) (Е. Ф. Бажин, Е. А. Гольнкина, Л. М. Эткинд);

– *подструктуру индивидуальных особенностей психических процессов*: корректурная проба («Тест Бурдона») (концентрация внимания); методика определения объема слуховой памяти; комплект для диагностики волевых качеств личности (ВКЛ) (М. В. Чумаков);

– *подструктуру биопсихических свойств*: тест темперамента Айзенка.

Дополнительно нами были исследованы коммуникативные и организаторские способности гимнасток (методика «КОС» В. В. Синявского и В. А. Федоршина) и их самооценка на основе методики Т. Дембо и С. Я. Рубинштейна.

Выборка исследования. В исследовании приняли участие: 50 гимнасток в возрасте от 12 до 16 лет, занимающихся в МОУДОД СДЮСШОР № 8 им. В. Г. Беляйкова г. Ярославля и выступающих по программе кандидатов

в мастера спорта и мастера спорта по художественной гимнастике. 20 из них выступают в индивидуальной программе и 30 в групповых упражнениях.

Процедура. Мы проанализировали каждую спортивную группу по степени выраженности показателей и провели корреляционный анализ. Результаты математической проверки представлены в табл. 1.

Таблица 1

Значимые различия личностных особенностей гимнасток, выступающих в групповых и индивидуальных упражнениях

Показатель \ Критерий	Направленность на себя	Интернальность деятельности	Инициативность	Решительность	Коммуникативные склонности	Самооценка (недисциплинированный / дисциплинированный)
U-критерий Манна – Уитни	176,0	162,5	186,0	180,0	168,0	146,5
W-критерий Уилкоксона	611,0	352,500	376,0	370,0	358,0	336,5
Z	-2,115	-2,418	-1,894	-2,029	-2,274	-2,592
Асимпт. знач. (двухсторонняя)	0,034	0,016	0,058	0,042	0,023	0,010

Результаты и их обсуждение

Установлено, что направленность на себя достоверно выше у гимнасток, выступающих в индивидуальной программе ($U = 176$, $p = 0,034$). Для успешности в индивидуальной программе девочке должно нравиться внимание со стороны окружающих, направленное только на нее. Основная проблема, которую решают гимнастки в групповых упражнениях, «нивелирование» своей индивидуальности. Пять человек на площадке должны действовать как единый организм: синхронно, с единой амплитудой, в одном темпе. Поэтому у гимнасток, выступающих в групповых упражнениях, преобладает направленность на общение. Постоянное взаимодействие в команде требует навыков взаимопонимания, точной интерпретации невербальных сигналов, адекватного восприятия друг друга. При оценке уровня субъективного контроля установлено, что показатель интернальности в отношении ведущей деятельности выше у гимнасток, выступающих в групповых упражнениях ($U = 162,5$, $p = 0,16$). Данный факт отражает особенности командной работы: спортсменкам приходится взаимодействовать друг с другом, и другие члены команды всегда могут оценить работу каждой, указать на ошибки, так как от выступления каждой гимнастки зависит оценка всей группы. Командная работа и один на всех результат предполагают оценку каждого выполненного гимнасткой элемента со стороны не только тренера, но и членов команды, поэтому невозможно переложить ответственность за свои действия на ковре на кого-то другого.

Выявлено преобладание у гимнасток, выступающих в групповых упражнениях, таких волевых качеств, как инициативность ($U = 186$, $p = 0,58$) и решительность ($U = 180$, $p = 0,42$).

Различия в решительности, на наш взгляд, объясняется тем, что у гимнасток, выступающих в индивидуальной программе, процесс выполнения упражнения более прогнозируемый. Девочка бросает предмет сама и ловит его тоже сама. И если бросок сделан технически правильно, то можно точно предсказать, куда полетит предмет. Поэтому гимнастке при хорошем техническом исполнении программы нет необходимости в принятии быстрых решений в нестандартной ситуации, хорошо подготовленное упражнение проходит без неожиданностей.

Когда выступает группа, количество нестандартных ситуаций возрастает. Ошибка в технике исполнения броска одной гимнастки влияет на точность приема предмета другой. Решение о направлении движения к предмету должно приниматься гимнастками очень быстро, кроме того, им необходимо помнить о соблюдении рисунка упражнения, синхронности движений и четком попадании в музыку.

При изменениях в составе команды «фактор неожиданности» усиливается за счет подстройки под индивидуальную моторику и другие физические и физиологические особенности гимнастки, вышедшей на замену.

Инициативность, по мнению М. Ю. Чумакова, входит в структуру волевых качеств личности и, как показало наше исследование, в большей мере проявляется в групповой деятельности [18]. Способность и готовность показать пример, умение снять напряжение в команде перед выходом на ковер, деловые качества, борьба за лидерство – все это характеризует особенности тренировочного и соревновательного процесса гимнасток, выступающих в групповых упражнениях.

При анализе коммуникативных и организаторских склонностей выявлено достоверное преобладание коммуникативных склонностей у гимнасток, выступающих в групповых упражнениях ($U = 168$, $p = 0,23$). Необходимость постоянного взаимодействия и сотрудничества с подругами по команде предъявляет особые требования к умению устанавливать контакт. В результате «естественного отбора» гимнастки, испытывающие трудности в общении, отсеиваются. При общих показателях самооценки выше среднего в обеих группах получены достоверные различия по шкале *недисциплинированный – дисциплинированный* ($U = 146,5$, $p = 0,01$). Вероятно, это отражает более высокие требования, предъявляемые к гимнасткам, выступающим в групповых упражнениях. От дисциплинированности каждой гимнастки зависит выступление всей группы. Опоздание или пропуск тренировки создает серьезные трудности для команды. Все гимнастки в группе должны иметь одинаковый уровень спортивного мастерства. В упражнении не засчитываются элементы, если хотя бы одна из пяти допустила неточность при их выполнении. «Все как одна» – это выражение наиболее точно отражает требования к гимнасткам, выступающим в группе.

На основе обработки полученных данных с помощью метода «Экспресс χ^2 » (А. В. Карпов) выявлено, что структуры личностных качеств гимнасток, выступающих в личных и групповых упражнениях, гомогенны ($p = 0,5$, $r > 0,001$), т. е. статистически не отличаются и могут быть отнесены к общей категории гимнасток. Это объясняется тем, что, независимо от того, в групповых или индивидуальных упражнениях выступают гимнастки, все они занимаются одним видом спорта, имеют общую базовую подготовку, высокий уровень достижений именно в этом виде спорта. Таким образом, психологические различия специализации внутри вида спорта (индивидуальный, групповой) проявляются в выраженности определенных личностных качеств спортсменок, при наличии общей структуры.

Для оценки базовых качеств структур применен «Структурный анализ» (А. В. Карпов, В. Д. Шадриков). Структура личности гимнасток, выступающих в групповых упражнениях, более организована, т. е. более устойчива к воздействию различных факторов. Это позволяет спортсменкам добиваться большего успеха в выбранном виде спорта.

Анализ подструктуры направленности личности, позволил выделить наиболее интересные связи личностных характеристик гимнасток, выступающих в групповых упражнениях (табл. 2).

Таблица 2

Взаимосвязи показателей в подструктуре направленности гимнасток, выступающих в групповых упражнениях (коэффициент корреляции Спирмена)

Показатель направленности	Направленность на себя	Направленность на дело	Направленность на общение	Мотивация достижения	Интернальность общая	Интернальность деятельности
Личностные характеристики						
Мотивация достижения	-0,38*	0,47**	-0,07			
Интернальность общая	0,22	0,23	-0,07	0,57***		
Интернальность деятельности	-0,16	0,24	-0,09	0,58***	0,72***	
Стремление к самосовершенствованию	-0,33*	0,05	0,2	0,36*	0,36*	0,37*
Удовлетворение материальных потребностей	0,42*	0,13	-0,44*	-0,31	-0,18	-0,06
Социальные установки	0,35*	-0,2	-0,09	0,03	0,01	-0,11
Мотив общения	-0,34*	-0,62***	0,36*	0,11	-0,15	-0,12

Уровень значимости *** – $p < 0,001$, ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$.

Мотивация достижений имеет положительные связи с общей интернальностью ($r = 0,57$, $p = 0,001$) и стремлением к самосовершенствованию ($r = 0,36$, $p = 0,05$), также установлены положительные связи с направленностью на дело ($r = 0,47$, $p = 0,01$) и с интернальностью в отношении основного вида деятельности ($r = 0,58$, $p = 0,001$). Гимнастки, которые отличаются большей ответственностью за свои поступки и направлены на работу на

тренировках больше, чем на общение, имеют более высокий уровень притязаний и больше настроены на результат.

Важно отметить, что направленность на себя у девочек, выступающих в группе, имеет отрицательные связи с мотивацией достижений ($r = -0,38$, $p = 0,05$), со стремлением к самосовершенствованию ($r = -0,33$, $p = 0,05$) и мотивом общения ($r = -0,34$, $p = 0,05$). Это еще раз подтверждает, что группа является единым целым и желание одной гимнастки привлечь к себе внимание на тренировках или на выступлении сказывается отрицательно на успешности всей группы.

Таким образом, в результате проведенного исследования в соответствии с выделенными К. К. Платоновым подструктурами личности (подструктура направленности, подструктура опыта, подструктура индивидуальных особенностей психических процессов, подструктура биопсихических свойств) эмпирически были доказаны различия психологических характеристик гимнасток в зависимости от специализации внутри одного вида спорта. На наш взгляд, изучение этой проблемы достаточно важно в связи с возможностью практического применения полученных результатов для более ранней специализации гимнасток и достижения ими высоких спортивных результатов в индивидуальной или групповой программе.

Список литературы

1. *Анохова А. А.* Особенности мотивации гимнасток и учащихся средних школ 13–15 лет, не занимающихся спортом / А. А. Анохова // Рудиковские чтения : материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф. психологов физ. культуры и спорта «». – М. : РГУФКСМиТ, 2012. – С. 64–67.
2. *Винклер Е. М.* Функциональные асимметрии в художественной гимнастике / Е. М. Винклер // Рудиковские чтения : материалы VI Междунар. науч.-практ. конф. психологов физ. культуры и спорта. – М. : РГУФКСМиТ, 2010. – С. 265–267.
3. *Ильин Е. П.* Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 352 с.
4. *Кашапов М. М.* Доминирующие психические состояния и тревожность у спортсменов командных и индивидуальных видов спорта / М. М. Кашапов, Т. В. Огородова, Х. Н. Филиппович // Вестн. Удмурт. ун-та. Сер. Философия. Психология. Педагогика. – 2016. – Т. 26, вып. 2. – С. 73–79.
5. *Коломейцев Ю. А.* Взаимоотношения в спортивной команде / Ю. А. Коломейцев. – М. : ФИС, 1984. – 128 с.
6. *Марищук Л. В.* Психология спорта / Л. В. Марищук. – Минск : БГУФК, 2006. – 147с.
7. *Огородова Т. В.* Мотивация достижения в спортивной деятельности / Т. В. Огородова, В. Б. Токарева // Аняньевские чтения – 2015: Фундаментальные проблемы психологии : материалы науч. конф., 20–22 окт. 2015 г. – СПб. : СПбГУ. Скифия-принт, 2015. – С.73–74.
8. *Попов А. Л.* Спортивная психология : учеб. пособие для спорт. вузов / А. Л. Попов. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т : Флинта, 1998. – 152 с.
9. *Речкалова О. Л.* Особенности психологической подготовки в различных видах спорта : учеб. пособие / О. Л. Речкалова. – Курган : Изд-во Курган. гос. ун-та, 2014. – 84 с.
10. *Рогалёва Л. Н.* Мотивационная стратегия управления деятельностью старшеклассников / Л. Н. Рогалева // Физ. культура в школе. – 2008. – № 2. – С. 24–27.

11. Родионов А. В. Психология детско-юношеского спорта / А. В. Родионов, В. А. Родионов. – М. : Физ. культура, 2013. – 277 с.
12. Рудик П. А. Психология : учеб. для ин-тов физ. культуры / П. А. Рудик. — М. : Физкультура и спорт, 1964 – 464 с.
13. Серова Л. К. Психология личности спортсмена / Л. К. Серова. – М. : Сов. спорт, 2007. – 116 с.
14. Сивицкий В. Д. Особенности психологического сопровождения в спорте высших достижений / В. Д. Сивицкий // Актуальные проблемы физ. культуры и спорта. – 2008. – № 15. – С.85–93.
15. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие / Н. Б. Стамбулова. – СПб. : Центр карьеры, 1999. – 367 с.
16. Филиппович Х. Н. Доминирующие психические состояния и личностная соревновательная тревожность спортсменов / Х. Н. Филиппович, Т. В. Огородова // Рудиковские чтения – 2014 : материалы X Междунар. науч.-практ. конф. психологов физ. культуры и спорта. – М. : РГУФКСМиТ, 2014. – С. 362–364.
17. Циммерман О. А. Исследование мотивов к занятиям художественной гимнастикой на начальном этапе обучения (4–7 лет) / О. А. Циммерман, Л. Н. Рогалева // Рудиковские чтения : материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф. психологов физ. культуры и спорта. – М. : РГУФКСМиТ, 2012. – С. 106–108.
18. Чумаков М. В. Эмоционально-волевая регуляция деятельности в социальном взаимодействии : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.05 / М. В. Чумаков. – Ярославль, 2007. – 436 с.

Personality of Women-Gymnasts Taking Part in Individual and Group Competitions in Abnormal Situation

М. М. Kashapov, Т. V. Ogorodova

P. G. Demidov Yaroslavl State University, Yaroslavl

L. V. Timofeeva

Yaroslavl State Medical University, Yaroslavl

Abstract. The analysis of differences of personality qualities of women-gymnasts taking part in group and individual competitive events is given. The author determined that though the structure of gymnasts' personality qualities is generally equal, there are certain psychological differences depending on their specialty within the sport. The substructure of personality orientation shows internal orientation of gymnasts performing at individual sport events, and a higher level of subjective control regarding leading activity of gymnasts participating in group events. The personality qualities structure of all gymnasts is homogeneous. Meanwhile personality structure of gymnasts performing in group events is generally more organized both in orientation substructure and in individual psychological processes.

Keywords: athlete's personality, rhythmic sportive gymnastics, orientation, motivation.

*Кашапов Мергалис Мергалимович
доктор психологических наук,
профессор, заведующий, кафедра*

*Kashapov Mergalyas Mergalimovich
Doctor of Sciences (Psychology),
Professor, Department of Pedagogy and*

- педагогике и педагогической психологии*
Ярославский государственный
университет им. П. Г. Демидова
150000, г. Ярославль, ул. Советская, 14
e-mail: smk007@bk.ru
- Pedagogical Psychology*
P. G. Demidov Yaroslavl State University
14, Sovetskaya st., Yaroslavl, 150000
e-mail: smk007@bk.ru
- Огородова Татьяна Вячеславовна*
кандидат психологических наук, доцент,
кафедра педагогики и педагогической
психологии
Ярославский государственный
университет им. П. Г. Демидова
150000, г. Ярославль, ул. Советская, 14
e-mail: shtak@bk.ru
- Ogorodova Tatiana Vyacheslavovna*
Candidate of Sciences (Psychology),
Associate Professor, Department
of Pedagogy and Pedagogical Psychology
P. G. Demidov Yaroslavl State University
14, Sovetskaya st., Yaroslavl, 150000
e-mail: shtak@bk.ru
- Тимофеева Лариса Валерьевна*
кандидат медицинских наук, доцент,
кафедра факультетской педиатрии
с пропедевтикой детских болезней
Ярославский государственный
медицинский университет
150000 г. Ярославль, ул. Революционная, 5
e-mail: timofeevalara@mail.ru
- Timofeeva Larisa Valerievna*
Candidate of Sciences (Medical),
Associate Professor, Department
of Intermediate Level Pediatrics
with Propaedeutic of Childhood Diseases
Yaroslavl State Medical University
5, Revolutionary st., Yaroslavl, 150000
e-mail: timofeevalara@mail.ru