

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ ЖІНОК-ЄДИНОБОРЦІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE FORMATION OF THE PSYCHOLOGICAL PROFILE OF HIGHLY QUALIFIED WOMEN ENGAGED IN MARTIAL ARTS

УДК 159.9:377.2; 796.071.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/24-2.39>

Хуртенко О.В.,
канд. психол. наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання
Вінницького державного педагогічного
університету
імені Михайла Коцюбинського

Білошицький В.В.,
начальник науково-дослідної
лабораторії наукового супроводження
розроблення нормативів і стандартів
фізичної підготовки і спорту
Науково-дослідного центру проблем
фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту
Навчально-наукового інституту фізичної
культури та спортивно-оздоровчих
технологій
Національного університету оборони
України імені Івана Черняхівського

Власко С.В.,
викладач кафедри фізичного виховання
Харківського національного
університету міського господарства
імені О.М. Бекетова

Партика С.С.,
науковий співробітник
науково-дослідної лабораторії
наукового супроводження
розроблення нормативів і стандартів
фізичної підготовки і спорту

Коновалов Д.О.,
науковий співробітник
науково-дослідного відділу
розвитку фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту
Науково-дослідного центру проблем
фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту
Навчально-наукового інституту
фізичної культури та спортивно-
оздоровчих технологій
Національного університету оборони
України імені Івана Черняхівського

Статтю присвячено актуальним проблемам удосконалення системи багаторічної підготовки жінок-єдиноборців високої кваліфікації. Головною метою роботи є визначення та теоретичне обґрунтування педагогічних умов формування психологічного профілю жінок-єдиноборців високої кваліфікації як провідного чинника досягнення перемоги під час змагань різних рівнів. Під час дослідження нами використані такі методи: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної (спеціальної) літератури; аналіз інтернет-ресурсів; анкетування; педагогічні спостереження; метод експертних оцінок; методи математичної статистики; методи психофізичної діагностики; науковий інструментарій. У результаті дослідження встановлено, що жінки-єдиноборці досліджуваної категорії, які мають високі спортивні результати та здобули спортивні звання найвищого ґатунку, володіють характерними особистісними відмінностями, а саме: вони не схильні до співпраці; володіють максимальними показниками домінування та лідерства; схильні до спілкування з неординарними особами (неформальними людьми); нерідко демонструють прагнення індивіда до нових відчуттів через незагальноприйнятні канони поведінки; еластичні та володіють незвичними способами реалізації особистісних здібностей. Членами науково-дослідної групи встановлено, що жінки, які займаються єдиноборствами, не схильні до ризику та розкутої поведінки в повсякденному житті, адже заняття єдиноборствами передбачає виникнення ризикованих ситуацій під час тренувальної (змагальної) діяльності, тому в повсякденній діяльності спортсменки намагаються уникнути зазначених вище обставин. Володіючи необхідною інформацією про психологічні якості, які дозволяють жінкам-єдиноборцям досягати високих спортивних показників, тренерам можливо здійснювати ухил на їх розвиток, а також використовувати їх під час змагальної діяльності. Крім цього, зазначені вище якості можливо використовувати під час відбору кандидатів у збірні команди з повноконтактних єдиноборств. Перспективи подальших розробок у вибраному напрямі дослідження передбачають розроблення педагогічної моделі формування індивідуальної («коронної») техніки жінок-єдиноборців високої кваліфікації.

Ключові слова: єдиноборства, жінки-єдиноборці, система підготовки, педагогічні умови, психологічний профіль, тренувальний процес, якості.

The article is devoted to topical issues of improving the system of long-term training of highly qualified single wrestlers. The main purpose of the work is to determine and theoretically substantiate the pedagogical conditions for the formation of the psychological profile of women wrestlers of high qualification, as a leading factor in achieving victory in competitions of different levels. During the research we used the following methods: theoretical analysis and generalization of scientific and methodical (special) literature; analysis of Internet resources; questionnaires; pedagogical observations; method of expert assessments; methods of mathematical statistics; methods of psychophysical diagnostics; scientific tools. As a result of the study, it was found that women wrestlers of the studied category, who have high sports results and received sports titles of the highest grade, have characteristic personal differences, namely: they are not willing to cooperate; have the maximum indicators of dominance and leadership; tend to communicate with extraordinary people (informal people); often demonstrate the individual's desire for new sensations through non-generally accepted canons of behavior; outrageous and have unusual ways of realizing personal abilities. The members of the research group found that women who engage in martial arts are not prone to risk and loose behavior in everyday life, because martial arts involves risky situations during training (competitive) activities, so in everyday activities athletes try to avoid the above circumstances. With the necessary information about the psychological qualities that allow women wrestlers to achieve high athletic performance, coaches may be inclined to their development, as well as use them during competitive activities. In addition, the above qualities can be used in the selection of candidates for national teams in full-contact martial arts. Prospects for further development in the chosen direction of research include the development of a pedagogical model of formation of individual ("crown") technique of highly qualified single wrestlers.

Key words: martial arts, women wrestlers, training system, pedagogical conditions, psychological profile, training process, qualities.

Постановка проблеми у загальному вигляді. У відповідності до результатів аналітичних звітів фахівців спортивної статистики (М.С. Авербаха, В.В. Вербицького, Ш.І. Гамзатова, Є.П. Ільїна, В.М. Катихіна, В.К. Сіліна, В.А. Харькової, В.Г. Шилько та інших фахівців) нині спостерігається сталий розвиток жіночих єдиноборств. Варто також зауважити, що жінки з великим ентузіазмом опановують сугубо «чоловічі» види єдино-

борств та беруть участь у змаганнях різних рівнів (чемпіонати світу, Європи, Олімпійські Ігри).

Крім цього, існує багато поглядів та припущень на мотивацію участі жінок в єдиноборствах. Цю мотивацію можливо розподілити на дві категорії: суттєво жіночі (у переважній більшості підсвідомі) та універсальні (які можливо застосувати як для жінок, так і для чоловіків). Однією із головних соціальних домінант поширення жіночих єдиноборств є сумісна

взаємодія таких відповідних факторів, як: розвиток цивілізації; науково-технічний прогрес; емансипація жінок та феміністський рух. У відповідності до зазначеного прослідковується наукова проблема постійного вдосконалення системи підготовки спортсменок високого рівня. Варто також зауважити, що формування всебічно розвинутої особистості єдиноборця здійснюється з використанням засобів технічної, тактичної фізичної та психологічної підготовки. У свою чергу, для того щоб тренеру здійснювати ефективну психологічну підготовку, йому необхідно володіти інформацією про специфічні психологічні закономірності, які необхідні для досягнення високого спортивного результату, що підкреслює актуальність вибраного напрямку дослідження.

Дослідження проведено у відповідності до Зведеного плану НДР і ДКР (РК) Українського інституту науково-технічної і економічної інформації (шифр «Модель-РБ», номер державної реєстрації 0108U007536).

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У наукових працях Є.В. Боченкової, О.А. Надеждіна, А.В. Кондратьєвої, С.А. Літвінова, О.А. Овсяника, Ж.А. Позняка, С.Є. Табакової, Є.А. Тарасевича, І.Л. Тіхонової, В.А. Талача та інших учених розкриваються актуальні питання техніко-тактичної підготовленості жінок-єдиноборців до змагальної діяльності.

Питанням мотивації жінок до занять єдиноборствами присвячені роботи науковців: Ш.К. Шахова, А.С. Дамадаєва, М.М. Магдієва [1], К.І. Чемової [2], І.А. Греця, І.А. Живуцької, Т.М. Булкова [3] та інших провідних фахівців вибраного напрямку дослідження.

Надалі, під час моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів), нашу увагу привернули роботи фахівців А.С. Ганоля [4], Т.Ю. Маскаєва, Г.М. Германова [5], С.А. Умгаєва [6] та інших учених, в яких розкриваються гендерні характеристики єдиноборців. У свою чергу аналіз спеціальної науково-методичної літератури вибраного напрямку дослідження дозволив виявити роботи провідних учених: І.І. Рясної, А.І. Шевченко [7], В.В. Лісцина [8], Р.А. Султанова, Л.Г. Уляєва [9], К.А. Бугаєвського [10] та інших фахівців. У зазначених вище роботах розкриваються актуальні питання психологічної готовності жінок-єдиноборців до змагань різних рівнів.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-джерел) у напрямі психологічного супроводу системи багаторічної підготовки жінок-єдиноборців високої кваліфікації дозволив нам визначити такі суперечності між:

– потребою людства в жінках-єдиноборцях високої кваліфікації та відсутністю необхідних психологічних умов формування такого рівня спортсменок;

– потребою всебічного забезпечення підготовки спортсменок, які займаються на професійному рівні єдиноборствами та недостатніми педагогічними умовами формування їхнього психологічного профілю.

Слід також зауважити, що, незважаючи на значну кількість напрацювань у вибраному нами напрямі, досліджень з питань визначення та теоретичного обґрунтування педагогічних умов формування психологічного профілю жінок-єдиноборців високої кваліфікації нами не виявлено, що потребує додаткового дослідження.

Мета статті – визначити й теоретично обґрунтувати педагогічні умови формування психологічного профілю жінок-єдиноборців високої кваліфікації (на прикладі спортсменок, членів збірних команд України з різних єдиноборств: боротьби самбо, військово-спортивних багатоборств, дзюдо, кікбоксингу, рукопашного бою).

Для досягнення мети дослідження планувався вирішити такі завдання:

– здійснити аналіз науково-методичної та спеціальної літератури в напрямі психологічного забезпечення готовності жінок-єдиноборців до змагань різних рівнів;

– визначити психологічний профіль спортсменок, які займаються єдиноборствами.

Виклад основного матеріалу. Дослідження організовано на навчально-матеріальній базі Вінницького державного педагогічного університету імені М. Коцюбинського (2019–2020 рр.). З метою якісного відпрацювання завдань та досягнення мети дослідження було створено науково-дослідну групу, до складу якої увійшли фахівці вибраного напрямку дослідження (О.В. Хуртенко, В.В. Білошицький, С.В. Власко, С.С. Партика, Д.О. Коновалов).

На першому етапі дослідження (вересень – грудень 2019 р.), проведено моніторинг науково-методичних джерел (даних інтернет-ресурсів) у напрямі психологічного забезпечення готовності жінок-єдиноборців до змагань різних рівнів.

Упродовж другого етапу дослідження (січень – квітень 2020 р.), членами науково-дослідної групи було здійснено визначення психологічного профілю спортсменок, які займаються єдиноборствами. У відповідності до результатів моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури в зазначеному напрямі нами встановлено, що в умовах жорсткої конкуренції на світовому рівні, коли всі спортсменки володіють приблизно однаковим рівнем фізичної, тактичної та технічної підготовленості, на перший план виходить саме рівень психологічної підготовленості. Для того щоб здійснити ефективну психологічну підготовку, тренеру необхідно знати, які якості важливі та необхідні для досягнення високого спортивного результату.

З метою досягнення поставленого перед нами завдання було здійснено тестування 22-х спортсменок у віці від 18 до 28 років, членів збірних команд України з різних єдиноборств (боротьба самбо, військово-спортивні багатоборства, дзюдо, кікбоксинг, рукопашний бій). Досліджувані спортсменки дали згоду на участь у тестуванні, яке було проведено з використанням мережі Інтернет, після чого ними були заповнені анкети, в яких відобразилися їхні індивідуальні дані.

У подальшому було проведено ряд психологічних тестів, а саме: на вираженість рис особистості «NEO» [11]; на самооцінку агресивності [12]; на визначення домінантності, схильності до ризику [13]; на визначення статевих ролей [14]. Варто також зауважити, що для оцінки результатів були вибрані три критерії: місце в загальному заліку (середній показник зайнятих місць); частка виграних зустрічей у сумі всіх поєдинків; краща спортсменка (рангова оцінка за 6-бальною шкалою, 1 – краща, 6 – гірша). Крім цього, під час психологічного тестування враховувалися такі показники: стаж членства у збірній команді України; кількість виграних змагань вищих рівнів; спортивне звання. Статистична обробка результатів здійснювалася з використанням прикладних пакетів Windows 10 (дані тестування наведено в табл. 1).

Отримані дані (табл. 1) свідчать про те, що результати психологічного опитувальника по рисах особистості пов'язані з показниками співробітництва, корелюють із місцем спортсменки в загальному заліку (0,400). Кращі спортсменки у відповідності до оцінки тренерського штабу збірних команд отримали найвищі бали за шкалою домінування (-0,342). Мінус зумовлений тим, що краща спортсменка вносилася в програму під кодом – 1. Слід також зауважити, що вони більш схильні до спілкування з незвичайними та неформальними особами. Схильність до розкутої поведінки виявилася негативно пов'язаною з часткою виграних поєдинків під час участі в змаганнях вищих рівнів із різних повноконтактних єдиноборств (-0,546) та місцем у загальному заліку (0,461). Слід зауважити, що в даному випадку спортсменка, яка посіла перше місце, позначалася цифрою – 1. Схильність до

пошуку небезпеки та пригод також пов'язана з часткою переможних поєдинків (-0,325).

Надалі, у відповідності до завдань дослідження, членами науково-дослідної групи визначено психологічний профіль спортсменок, які займаються єдиноборствами. Нами встановлено, що жінки-єдиноборці досліджуваної категорії, які мають високі спортивні результати та здобули спортивні звання найвищого ґатунку, володіють характерними особистісними відмінностями. Вони не схильні до співпраці. Співпраця відображає особливості міжособистісної взаємодії. Особа, яка схильна до співпраці, за своєю натурою є альтруїстичною. Симпатизуючи іншим та намагаючись допомогти їм, така людина вірить у те, що інші у відповідь будуть взаємними. На відміну від такої людини, особа, яка конкурує, є ексцентричною та скептично налаштованою до намірів інших. Відповідним чином, в умовах жорсткої конкуренції на світовій спортивній арені особа, яка є конкурентоспроможною, має більше шансів на здобуття перемоги.

Крім цього, встановлено, що спортсменки, які займаються єдиноборствами, володіють максимальними показниками домінування та лідерства. Ці якості мало характерні для жінок загалом, але саме вони дозволяють їм досягати успіху. Жінки-єдиноборці, які проявляють ці якості під час змагальної сутички (захоплюючи ініціативу та домінуючи), мають більше шансів на перемогу. У свою чергу спортсменки, які надають перевагу спілкуванню з неординарними особами та неформальними людьми, демонструють прагнення індивіда до нових відчуттів через незагальноприйняті канони поведінки. Слід також зазначити, що жінки-єдиноборці в суспільстві сприймаються як певного роду екзотика. Тому в переважній більшості єдиноборствами займаються жінки, які схильні до епатажу та володіють незвичними способами реалізації особистісних здібностей. Варто відмітити, що жінки, які займаються єдиноборствами, не схильні до ризику та розкутої поведінки в повсякденному житті, адже заняття єдиноборствами передбачає виникнення ризикованих ситуацій під час тренувальної (змагальної) діяльності. Тому у звичайній діяльності

Таблиця 1

Порівняльний аналіз результатів успішності спортсменок, які займаються єдиноборствами, з їхніми біологічними та особистісними характеристиками

Ознаки	Краща спортсменка	Частка виграних поєдинків	Місце в загальному заліку
NEO співробітництво	–	–	0,400 (,010)
Домінування	-0,342 (,030)	–	–
Ризик trill	–	-0,325 (,042)	–
Experience ризик	0,370 (,025)	–	–
Ризик disingib	–	-0,546 (,002)	0,461 (,007)

Примітка: 1) у табл. 1 викладено лише значимі коефіцієнти кореляції між особистісними характеристиками спортсменок та оцінками результатів участі в змаганнях вищих рівнів; 2) у дужках наведена достовірність коефіцієнта; 3) NEO – визначення рис особистості (опитувальник NEO-PI-R); 4) ризик trill – пошук небезпеки, пригод та екстриму; 5) Experience ризик – спілкування з неформальними особами; 6) ризик disingib – розкутість поведінки.

спортсменки намагаються уникнути зазначених вище обставин. Важливим є й те, що прагнення до розкутої поведінки суперечить такому поняттю, як «спортивний режим», через те що воно пов'язано з активністю індивіда в напрямі досягнення ним повної свободи та вседозволеності. Тому ті, хто суворо притримується «спортивного режиму», мають більше шансів на досягнення високих результатів на світовій арені.

Висновки. Таким чином, володіючи необхідною інформацією про психологічні якості, які дозволяють жінкам-єдиноборцям досягати високих спортивних показників, тренерам можливо здійснювати ухил на їх розвиток, а також використовувати їх під час змагальної діяльності. Крім цього, зазначені вище якості можливо використовувати під час відбору кандидатів у збірні команди з повноконттактних єдиноборств.

Під час дослідження нами визначено та теоретично обґрунтовано педагогічні умови формування психологічного профілю жінок-єдиноборців високої кваліфікації (на прикладі спортсменок, членів збірних команд України з різних єдиноборств: боротьби самбо, військово-спортивних багатоборств, дзюдо, кікбоксингу, рукопашного бою).

Результати дослідження впроваджені в систему багаторічної підготовки жінок-єдиноборців, здобувачів вищої освіти: Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського; навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського та Харківського національного університету міського господарства імені О.М. Бекетова.

Перспективи подальших розробок у вибраному напрямі дослідження передбачають розроблення педагогічної моделі формування індивідуальної («коронної») техніки жінок-єдиноборців високої кваліфікації.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Шахов Ш.К., Дамадаев А.С., Магдиев Н.Н. Проблемы спортивной мотивации в психологии спорта. URL: <http://eir.pstu.edu>.
2. Чегова К.И. Оценка мотивационной сферы женщин к занятиям единоборствами. *Физическая*

культура, спорт, туризм: современные инновационные проекты. 2018. № 1 (15). С. 75–79.

3. Грец И.А., Живуцкая И.А., Булкова Т.М. Демографический портрет, предпочтения и мотивация женщин второго периода зрелого возраста к физкультурно-оздоровительным занятиям. *Записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* 2018. № 1 (24). С. 37–42.

4. Ганоль А.С. Гендерные особенности структуры мотивации выбора экстремальных видов спорта. *Записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* 2011. № 2 (12). С. 12–19.

5. Маскаева Т.Ю., Германов Г.Н. Гендерные психические и поведенческие особенности женщин и их проявление как результат занятий различными видами спорта. *Записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* 2014. № 4 (7). С. 38–45.

6. Умгаев С.А. Гендерные психические и поведенческие особенности женщин и их проявление как результат занятий различными видами спорта. *Гендерная характеристика единоборств в представлении участников Oriental Studies.* 2015. № 2. С. 67–73.

7. Рясная И.И., Шевченко А.И. Значение морфофункциональных особенностей организма спортсменок, занимающихся боксом. *Научный вестник Придніпров'я.* 2014. № 25. С. 121–124.

8. Лисицын В.В. Некоторые аспекты психологической подготовки высококвалифицированных женщин-боксеров. URL: <http://cyberleninka.ru>.

9. Султанова Р.А., Уляева Л.Г. Гендерный фактор в психологической подготовке высококвалифицированных боксеров. *Проблемы подготовки высококвалифицированных спортсменов.* 2016. № 2 (5). С. 68–72.

10. Бугаевский К.А. Изучение уровня проявления агрессивности у спортсменок, занимающихся единоборствами и атлетическими видами спорта. *Современные технологии в подготовке единоборцев.* 2017. № 4. С. 124–127.

11. Costa P.T., Jr., Mc Crae R.R. The NEO-PI/NEO-FFI manual supplement. *Psychological Assessment Resource.* 1989. № 1. P. 126–137.

12. Buss A.H. The aggression questionnaire. *Journal of personality and Social Psychology.* 1992. № 1. P. 452–459.

13. Zuckerman M.I. Behavioral Expressions and Biosocial Bases of Sensation Seeking. *Cambridge University Press.* 1994. № 2 (12). P. 357–421.

14. Bem S.L. The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 1974. № 3. P. 155–162.