

СУБЪЕКТНО-ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА СПОРТСМЕНОВ КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ ИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В.А. Сорокин, старший преподаватель

Т.В. Бутенко, преподаватель

Е.Ю. Шутьева, преподаватель

В.Н. Нагорных, преподаватель

Донской государственный технический университет
(Россия, г. Ростов-на-Дону)

DOI: 10.24411/2500-1000-2018-10061

Аннотация. В статье рассматриваются существующие точки зрения на субъектно-личностные качества спортсменов, на основе чего проводится их систематизация. Среди них целесообразно выделить высокий уровень мотивации, профессионализм, самостоятельность, вера в себя и свои силы, эмоциональная устойчивость и др. Установлена взаимосвязь субъектно-личностных качеств на успешность спортивной деятельности. По результатам исследования составлен психологический портрет спортсмена, ориентированного на победу.

Ключевые слова: субъектно-личностные качества, психология спортсмена, спортивная деятельность, мастерство, профессионализм, эмоциональная устойчивость, воля.

Успешность деятельности спортсменов зависит от множества факторов. Среди них можно выделить полученные знания, накопленный опыт, качество подготовки, работу тренера и др. Но одно из важнейших мест занимают субъектно-личностные качества спортсменов. Они характеризуют социальную активность со стороны таких качеств, как способность к самоопределению, самодеятельности, нормотворчеству, самоуправлению [3].

Хотелось бы обратить внимание на тот факт, что серьезные исследования влияния личностных качеств спортсмена на результативность его спортивной деятельности немногочисленны. При этом основные из них концентрируют внимание на отдельных составляющих личности, но Кроме того, исследуются преимущественно линейные закономерности и игнорируются возможные нелинейные связи успешности деятельности спортсмена и его индивидуальных особенностей. Все это предопределяет актуальность настоящего исследования.

Серова Л.Л. представляет модель личности спортсмена как сложившийся комплекс определенных компонентов, а именно [5]:

– поведенческий (включает такие элементы, как тип нервной деятельности, темперамент и характер. Отражает энергетический потенциал спортсмена);

– мотивационный (состоит из проявляемого интереса к определенному виду деятельности, уровня притязания и ценностных ориентаций. Стимулирует спортсмена подниматься все выше и выше к вершинам мастерства и профессионализма);

– интеллектуальный (содержит психомоторику, специализированные восприятия, оперативную память, внимание, мышление. Именно этот компонент является ядром структуры личности. Это означает, чем развитее интеллект, тем выше вероятность достичь успеха);

– эмоциональный (включает такие характеристики, как эмоциональная устойчивость, психическая саморегуляция, волевые качества. Способствует формированию позитивного настроения, контролю за состоянием на сознательном и подсознательном уровнях);

– коммуникативный (выражает отношение к тренеру, к партнерам по команде, к соперникам. Показывает, как влияет на

результат содействие и взаимодействие участников спортивных состязаний);

– гендерный (включает маскулинность, феминность, андрогиния. Определяет психологические признаки мужского и женского пола).

Стоит обратить внимание на тот факт, что в случае если спортсмен является членом команды, то важная роль отводится поведенческому компоненту. С учётом этого возникают такие моменты согласованности и слаботанности. Они необходимы для обозначения объективного соответствия свойств взаимодействующих людей по отношению к конечным целям их взаимодействия [1]. Учитывая данный факт, центральным звеном становятся высокая результативность взаимодействия, удовлетворенность успешностью работы и отношениями с партнером, низкие эмоционально-энергетические затраты.

Трещева О.Л. и Карпеева С.А. выделяют личностные качества спортсменов экстра-класса. К ним они относят следующие [6]:

– постоянная мотивация на успех (главная установка, которой руководствуется спортсмен профессионального уровня, состоит в стремлении к победе);

– профессионализм и самостоятельность, которые выражаются в полной концентрации и самодисциплине;

– безусловная вера в себя и свои силы, уникальная способность полностью осознавать и в каждом соревновании проявлять имеющийся потенциал;

– наличие силы воли, умение «победить себя», победить свои слабости, сомнения (можно сказать, что победа воли над сознанием лежит в основе подвига спортсмена);

– психологическое мастерство и эмоциональная устойчивость, которые проявляются в способности спортсмена сохранять позитивный подход к своей персоне и своему выступлению, не опускать руки даже в самых сложных ситуациях, не терять надежды на лучший исход, владеть своими чувствами и эмоциями, сохранять уверенность и спокойствие, особенно в напряженные моменты тренировочной и

соревновательной деятельности, уметь «держаться стресс»;

– умение конструктивно преодолевать поражения и адекватно воспринимать победу;

– высокий уровень саморегуляции, выражающийся, как правило, в так называемой «закрытости».

Корнишина Р.В. проводит комплексное эмпирическое исследование индивидуально-психологических черт личности спортсменов, основанное на методике личностного опросника Г. Айзенка [4]. Результаты исследования свидетельствуют о том, что у 52% спортсменов зафиксирован высокий уровень экстраверсии. Это, в свою очередь, говорит об их внешней направленности, общительности, отзывчивости, разговорчивости, инициативности. Интроверсия выявлена у 44% спортсменов, что характеризует их как пассивных, рассудительных, осмотрительных личностей.

Помимо этого, результаты свидетельствуют о достаточно высоком уровне нейротизма у спортсменов (более 50%). Это объясняет реакции психики и нервной системы на стрессовые ситуации, то есть при развитии неблагоприятных событий спортсмены менее склонны к развитию неврозов.

Необходимо подчеркнуть, что спорт является прекрасным средством для воспитания личностных качеств. Действительно, роль спортивной деятельности в формировании характера трудно переоценить. Она заключается преимущественно в том, что с ее помощью образуются те основы действий, в которых более всего проявляется характер человека, его индивидуальные особенности, воля. При этом чтобы все действия, выполняемые в ходе тренировки, стали стабильными и постоянными, они должны трансформироваться в устойчивую систему навыков. Именно благодаря им в экстремальных условиях, коими являются соревнования, спортсмен способен проявить бойцовский характер и совершить поступки без длительного размышления и колебаний [2].

Таким образом, анализируя перечисленные качества можно сформулировать, что успешный спортсмен выглядит сле-

дующим образом: как правило, он уверен, спокоен, проявляет желание соревноваться, достаточно сконцентрирован, не дает реакцию на внешние проявления. Его голова гордо поднята, взгляд острый и про-

ницательный, голос спокоен, жесты уверенны. Он немногословен, тем самым, не растрчивает ту энергию, которую копил все время, предшествующее соревнованиям.

Библиографический список

1. Бирюкова Г.М., Обозов Н.Н., Полежаева О.Д. Аппаратурное моделирование сработанности и согласованности в деятельности спортивных команд // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. №4(158). 2018.
2. Гозунов Е.Н., Мартыянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учебное пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
3. Гончаров С.З. Субъектные качества – личностная основа гражданского общества // Россия XXI века: проблемы, противоречия и перспективы обновления: Материалы межрегиональной научно-практической конференции. - Екатеринбург, 12 апреля 2005 г.
4. Корнишина Р.В. Особенности личностных качеств тренера и спортсмена // Фундаментальные и прикладные исследования в современном мире: материалы Международной (заочной) научно-практической конференции. - Астана, 10 февраля 2016 г.
5. Серова Л.Л. Личностные качества спортсмена // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. №20. 2006.
6. Трещева О.Л., Карпеева С.Г. О личностных качествах спортсмена экстра-класса // Психопедагогика в правоохранительных органах. №2(49). 2012.

SUBJECT-PERSONAL QUALITIES OF ATHLETES AS A FACTOR OF SUCCESS OF THEIR ACTIVITIES

V.A. Sorokin, *senior lecturer*

T.V. Butenko, *lecturer*

E.Yu. Shuteva, *lecturer*

V.N. Nagorno, *lecturer*

Don state technical university

(Russia, Rostov-on-Don)

Abstract. *The article considers the existing points of view on the subject-personal qualities of athletes, on the basis of which their systematization is carried out. Among them it is advisable to allocate a high level of motivation, professionalism, independence, self-confidence and self-strength, emotional stability, etc. The relationship of subject-personal qualities on the success of sports activities. According to the results of the study, a psychological portrait of an athlete focused on victory was made.*

Keywords: *subject-personal qualities, psychology of the athlete, sports activity, skill, professionalism, emotional stability, will.*