

УДК 796.853.26

ИЗУЧЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ КАРАТЭ СО СПОРТИВНО-ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТЬЮ

В.А. Еганов, К.В. Качин, О.А. Туманов

Изучены взаимосвязи показателей спортивной деятельности со спортивно-личностной тревожностью, занимающихся каратэ. Отрицательная статистически значимая взаимосвязь выявлена по следующим показателям: надежность защиты от ударов руками и умение организации защиты от ударов руками. Положительная взаимосвязь выявлена: предпочтение выполнять атакующие действия в бою обеими руками и преимущественно левой ногой, выраженность физического качества гибкости.

Ключевые слова: спортивно-личностная тревожность, соревновательная деятельность, каратэ.

Детерминация различных личностных, типологических характеристик, психических состояний с показателями деятельности человека в напряженной спортивной деятельности отражена рядом автором в специально спортивной и педагогической литературе [2, 3, 4, 5]. Проявления взаимовлияния психологических составляющих с деятельностью не случайны, а имеют реальную основу. Классическая формула психоанализа деятельности свидетельствует о том, что в психическом проявлении вообще нет произвола. Возникает необходимость направлять усилия в исследовании на дальнейшее изучение тревожности и ее влияния на условия протекания соревновательной деятельности.

Выявление, взаимосвязи в предсоревновательных и соревновательных ситуациях спортивно-личностной тревожности, занимающихся каратэ с показателями соревновательной деятельности будет способствовать, например формированию индивидуального стиля деятельности на различных этапах подготовки. В нашей работе выявлены особенности проявления индивидуального защитного стиля деятельности кикбоксеров высокой квалификации в зависимости от соревновательной личностной тревожности. Было выявлено, что соревновательная личностная тревожность в условиях подготовки к соревнованиям на статистическом уровне значимости выявлена с показателями объема проигранных ударов руками и выбором оборонительной тактики ведения боя [2].

Соревновательная личностная тревожность, дает представление о склонности эмоционально реагировать в условиях соревнования, о частоте возникновения у спортсмена выраженных сдвигов в состоянии трево-

ги. Личностная тревожность как черта личности – относительно устойчивая индивидуальная характеристика, дающая представление о склонности или тенденции человека испытывать опасения, страх в большинстве ситуаций, сопровождаемыми активацией вегетативной нервной системы, регулирующей регуляцию внутренних органов – кишечника, желез внутренней секреции и др. Сказанное выше требует изучения взаимосвязи показателей спортивной деятельности, занимающихся каратэ со спортивно-личностной тревожностью.

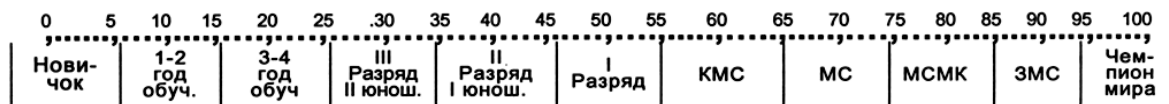
Целью работы является изучение взаимосвязи спортивно-личностной тревожности, занимающихся каратэ киокусинкай с показателями спортивной деятельности.

При написании данной статьи использовались следующие методики и методы исследования.

1. Методика определения уровня соревновательной личностной тревожности [4], включающая 15 вопросов.

2. Методика комплексной оценки подготовленности спортсменов, оценивающая уровень подготовленности атакующих и защитных технико-тактических действий в каратэ киокусинкай [1].

3. Уровень спортивного мастерства каратистов определялся по абсолютной стобалльной шкале (рис.). Например, если спортсмен имеет уровень спортивной квалификации мастера спорта, то это соответствует 70 баллам.



Уровень спортивного мастерства по стобалльной шкале

4. Метод статистической обработки данных парной ранговой корреляции К. Пирсона. С помощью коэффициентов корреляции можно определить статистическую зависимость между двумя рядами показателей подготовленности. Расчеты проводились на персональном компьютере по пакету анализа Microsoft Excel.

В первичном тестировании принимали участие спортсмены, занимающиеся киокусинкай высокой квалификации в количестве 110 спортсменов в возрасте 18–28 лет со стажем занятий 5–12 лет. Средний уровень спортивно-личностной тревожности каратистов составлял $18,83 \pm 4,31$ ($\bar{X} \pm \sigma$) баллов. В результате статистической обработки численных значений 53 показателей были получены следующие коэффициенты корреляции спортивной деятельности с показателем спортивно-личностной тревожности (таблица).

На статистически значимом уровне ($P \leq 0,05-0,001$) отрицательная зависимость показателей спортивной деятельности со спортивно-личностной

тревожностью выявлена по следующим: надежность защиты от ударов руками ($r=-0,30$) и умение организации защиты от ударов руками ($r=-0,22$). Педагогический смысл корреляции означает, что чем выше уровень спортивной деятельности тревожности, тем ниже надежность защиты от ударов руками ($r=-0,30$) и умение организации защиты от ударов руками. Эти показатели относятся к оборонительным действиям. Следовательно, одной из причин низкого уровня обороны от атакующих действий соперника является высокая спортивно-личностная тревожность.

Таблица

Коэффициенты корреляции показателей спортивной деятельности каратистов высокой квалификации, занимающихся киокусинкай со спортивно-личностной тревожностью ($n=110$)

Коррелируемые показатели спортивной деятельности с СЛТ	r
1. Надежность защиты от ударов руками	-0,30
2. Активность защиты от ударов руками	0,02
3. Умение организации защиты от ударов руками	-0,22
4. Надежность атаки ударов ногами	-0,06
5. Надежность защиты от ударов ног по верхнему уровню	-0,12
6. Предпочтение выполнять атакующие действия обеими руками	0,41
7. Предпочтение выполнять действия в бою правой ногой	0,15
8. Предпочтение выполнять действия левой ногой	0,26
9. Уровень выраженности гибкости	0,19
10. Уровень мастерства по шкале	-0,05
Примечание: при $n=110$ – $r=0,19$, $P=0,05$; $r=0,24$, $P=0,01$ $r=0,35$, $P=0,001$; r – коэффициент корреляции. Статистически значимые коэффициенты корреляции выделены жирным шрифтом.	

Положительная статистически значимая взаимосвязь показателей спортивной деятельности со спортивно-личностной тревожностью выявлена по следующим показателям подготовленности: предпочтение выполнять атакующие действия в бою обеими руками ($r=41$, $P\leq 0,001$), предпочтение выполнять действия левой ногой ($r=26$, $P\leq 0,01$), уровень выраженности физического качества гибкости ($r=19$, $P\leq 0,05$).

Это указывает на то, что чем выше уровень соревновательной личностной тревожности у спортсмена, тем чаще они предпочитают выполнять в условиях соревновательной деятельности атакующие действия обеими руками и наносить удары левой ногой, при этом проявляется высокий уровень гибкости.

С другими показателями значимой корреляции не выявлено. Следует отметить, что спортивный результат в этой группе обследуемых, не связан со спортивно-личностной тревожностью. Это свидетельствует о том,

что независимо от уровня выраженности спортивно-личностной тревожности спортивный результат будет одинаков, очевидно, отсутствие такой зависимости связано с проявлением индивидуального стиля спортивной деятельности.

Таким образом, изучена взаимосвязь показателей спортивной деятельности, занимающихся каратэ киокусинкай со спортивно-личностной тревожностью. Дальнейшая перспектива исследования данной проблемы должна быть направлена на экспериментальное обоснование выявленной взаимозависимости показателей спортивной деятельности и спортивно-личностной тревожности.

Библиографический список

1. Еганов, В.А. Комплексная оценка подготовленности спортсменов, занимающихся каратэ киокушинкай / В.А. Еганов, С.В. Олин: методические рек. для спортсменов, занимающихся каратэ киокушинкай. – Челябинск: УралГУФК. – 2008. – 19 с.
2. Еганов, В.А. Особенности проявления индивидуального защитного стиля деятельности кикбоксеров высокой квалификации в зависимости от соревновательной личностной тревожности / А.В. Еганов // Боевые искусства и спортивные единоборства: состояние и перспективы развития: материалы науч.-практ. конф. / ред. кол. Е.Г. Шурманов [и др.]. – Екатеринбург: Изд-во УрФУ, 2011. – С. 30–36.
3. Смирнова, В.В. Динамика личностных характеристик спортсменов в процессе психологического сопровождения (на примере борцов высокой квалификации): автореф. дис. ... канд. психол. наук / В.В. Смирнова. – СПб, 2012. – 23 с.
4. Ханин, Ю.Л. Адаптация шкалы соревновательной личностной тревожности / Ю.Л. Ханин // Вопросы психологии. – 1982. – № 3. – С. 137–142.
5. Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., & Smith, D.E. Competitive State Anxiety Inventory-2. Symposium of the North American society for psychology of sport and physical activity (NASPSPA), College Park, MD, 1982.

[К содержанию](#)