

Список литературы:

1. Волков В.Л. Вольная борьба: комплексная оценка специальной подготовленности. - К.: Нора-принт, 2000. - 64 с.
2. Малеев, Д.О. Применение интервальной гипоксической тренировки в подготовке лыжников-гонщиков с учётом по-казателей индекса пре-морбидного состояния сердечно-сосудистой системы // Национальный госу-дарственный универ-ситет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург: [б.и.], 2019. – С.211-215.
3. Малеев, Д.О. Применение средств респираторной гипоксической-гиперкапнической нагрузки в подготовке лыжников-гонщиков высокой квалификации / Д.О. Малеев // Человек. Спорт. Медицина. – 2016. – Т. 1.- № 1. – С. 13-17.
4. Платонов В.Н. Подготовка высококвалифицированных спортсменов. – М: Физкультура и спорт, 1986. – 285
5. Потапов В.Н., Д.О. Малеев Д.О. Влияние средств гиперкапнической гипоксии на функциональную и специальную физическую подготовленность юных дзюдоистов // Человек. Спорт. Медицина. – 2016. –Т. 16, № 4. – С. 93–98.
6. Приказ Министерства спорта РФ от 21 августа 2017 г. N 767 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо». – Москва: Мин. Спорт РФ, 2017. -27 с.
7. Сулейманов И.И., Манукян А.С. Состояние проблемы исследования двигательной подготовленности спортсменов в восточных единоборствах. // Здоровье и физические упражнения: Сборник статей. –Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2000. –с. 206-209.

УДК: 796.071:159.9

ИЗУЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ФУТБОЛИСТОВ 8-9 ЛЕТ

**Матяш Анатолий Валериевич,
Дмитриева Светлана Валерьевна**

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

Аннотация. В статье приводятся статистические данные по изучению индивидуально-личностных особенностей футболистов начального этапа подготовки. Полученные данные необходимо учитывать при организации тренировочного процесса футболистов и их психологической подготовке.

Ключевые слова: футбол, индивидуально-личностные особенности, психологическая подготовка.

STUDY OF INDIVIDUAL AND PERSONAL CHARACTERISTICS OF 8-9-YEAR-OLD FOOTBALL PLAYERS

**Matyash A.V.,
Dmitrieva S.V.**

University of Tyumen, Tyumen, Russia

Annotation. The article provides statistical data of the studying of individual and personal characteristics of football players at the initial stage of training. The obtained data should be taken into account during the organizing of the training process of football players and their psychological preparing.

Keywords: football, individual and personal characteristics, psychological preparation.

Современный спорт предъявляет высокие требования к процессу подготовки спортсменов. Психологическая подготовка является необходимым условием достижения высоких спортивных результатов, при котором спортсмену удастся максимально раскрывать свои профессиональные способности и ощущать уверенность в своих решениях и действиях, а также справляться с высоким уровнем напряженности в стрессовых ситуациях. Достаточно большое количество научных трудов и педагогических наблюдений указывают на существенную роль индивидуального подхода в подготовке спортсменов, учета их личностных особенностей.

Актуальность исследования обусловлена тем, что в настоящее время недостаточно уделяется внимание изучению индивидуально-личностных особенностей спортсменов, а тренеры не всегда учитывают их в тренировочном и соревновательном процессе, что порой негативно сказывается на спортивных достижениях и личностном развитии футболистов.

Цель исследования: изучение индивидуально-личностных особенностей футболистов 8-9 лет.

Исследование проводилось на базе футбольного клуба «Лидер» (г. Тюмень), в котором приняло участие 14 спортсменов 2013 г.р.

Индивидуально-типологические особенности спортсменов изучались по методике Ганса Айзенка, уровень ситуационной и личностной тревожности определялся по методике Чарльза Спилбергера [1, 3, 4].

В таблице 1 представлены результаты типов темперамента футболистов 8-9 лет. В результате изучения свойств темперамента были выявлены следующие статистические данные: среди футболистов ФК «Лидер» 2013 г.р. 36% сангвиников, 29% холериков, 14% холериков-сангвиников, 7% флегматиков, 7% меланхоликов и 7% холериков-меланхоликов.

Таблица 1

Типы темперамента футболистов 8-9 лет

Спортсмен	1	2	3	4	5	6	7
Результат опроса	Л - 4 Э - 14 Н - 13	Л - 4 Э - 18 Н - 19	Л - 4 Э - 11 Н - 12	Л - 2 Э - 14 Н - 15	Л - 0 Э - 12 Н - 18	Л - 3 Э - 14 Н - 14	Л - 1 Э - 16 Н - 6
Тип темперамента	Холерик	Холерик	Флегматик	Холерик	Холерик-меланхолик	Холерик	Сангвиник
Спортсмен	8	9	10	11	12	13	14
Результат опроса	Л - 4 Э - 13 Н - 12	Л - 5 Э - 18 Н - 3	Л - 5 Э - 19 Н - 8	Л - 4 Э - 16 Н - 9	Л - 2 Э - 19 Н - 12	Л - 3 Э - 9 Н - 18	Л - 6 Э - 14 Н - 10
Тип темперамента	Холерик - сангвиник	Сангвиник	Сангвиник	Сангвиник	Холерик-сангвиник	Меланхолик	Сангвиник

(Л – лояльность, Э – экстравертированность, Н – нейротизм)

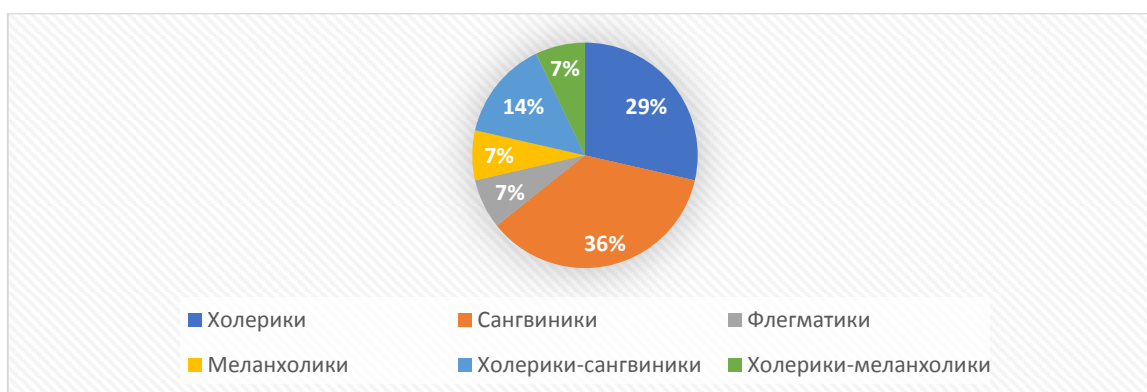


Рис.1. Типы темпераментов у футболистов 8-9 лет, %

Показатель экстраверсии в группе составил 80%, показатель интроверсии составил 20%. У 60% юных футболистов отмечается высокий уровень нейротизма, что говорит об эмоциональной неустойчивости.

На рисунке 2 представлены результаты изучения личностной и ситуативной тревожности у футболистов 8-9 лет.

В ходе исследования было выявлено, что у 57% испытуемых показатель ситуационной тревожности находится на среднем уровне, этой же характеристике соответствует величина личностной тревожности у половины футболистов. Высокий уровень личностной тревожности наблюдается у 36 % спортсменов. Следует отметить, что в это число попали исключительно меланхолики и холерики, такая тенденция подчеркивает взаимосвязь с эмоциональной неустойчивостью испытуемых.

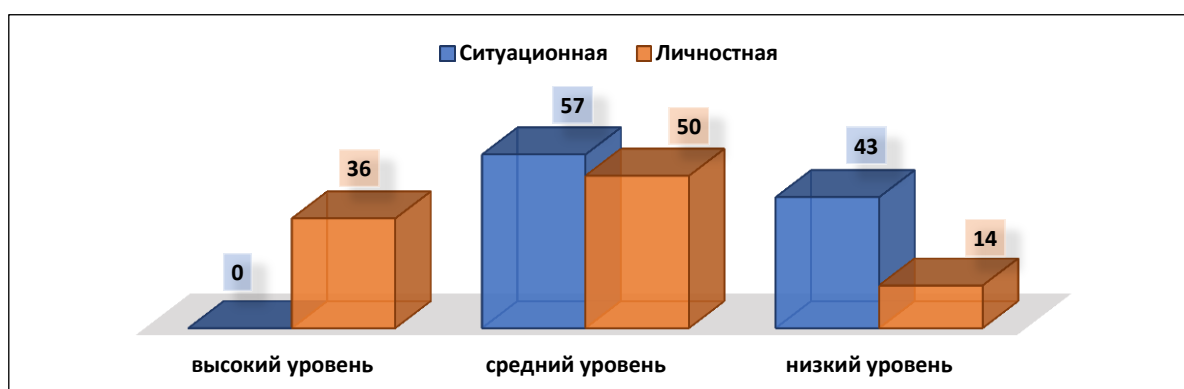


Рис.2. Уровень ситуативной и личностной тревожности у футболистов 8-9 лет, %

Оценка изученных данных позволяет составить комплексную картину с индивидуальным профилем каждого спортсмена (таблица 3). Полученная информация может дополняться и использоваться в психолого-педагогическом сопровождении процесса подготовки футболистов.

Таблица 3

Индивидуально-личностные особенности футболистов 12-14 лет

Спортсмен	Свойства темперамента	Тревожность (уровень)	
		Ситуационная	личностная

1	холерик	низкий	средний
2	холерик	средний	средний
3	флегматик	низкий	средний
4	холерик	средний	высокий
5	холерик-меланхолик	средний	высокий
6	холерик	средний	высокий
7	сангвиник	низкий	средний
8	холерик-сангвиник	низкий	средний
9	сангвиник	низкий	низкий
10	сангвиник	низкий	низкий
11	сангвиник	средний	средний
12	холерик-сангвиник	средний	высокий
13	меланхолик	средний	высокий
14	сангвиник	средний	средний

Таким образом, полученные данные, свидетельствуют о том, что тренеру необходимо особое внимание уделять спортсменам (4, 5, 6, 12, 13) с высоким уровнем личностной тревожности, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение их спортивной деятельности.

Футболистов с данными личностными особенностями необходимо обучить средствам саморегуляции психоэмоционального состояния: идеомоторная тренировка, дыхательная гимнастика. Спортсмены со слабой нервной системой (меланхолики) лучше выступают на соревнованиях, степень значимости которых не столь велика. В ситуации большого напряжения их результаты ухудшаются, поэтому тренеру выгоднее принижать значимость соревнований и не требовать от них сверхусилий для достижения индивидуальных или групповых целей [2].

Список литературы

1. Батаршев, А. В. Темперамент и характер: Психологическая диагностика. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 336с.
2. Ильин, Е.П. Психология спорта /Е.П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 352 с.
3. Манжелей, И. В. Взаимодействие субъектов физкультурно-спортивной деятельности: учеб.-метод. пособие / Манжелей И. В., Дмитриева С. В., Куманева О. В., Тюмень, Издательство «ТОГИРРО», 2013. – 64 с.
4. Методика психодиагностики в спорте: учеб. пособие для студентов пед. интов/ В.Л.Марищук, Б.Ф.Блудов, В.А. Плахтиенко, Л.К.Серова. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Просвещение, 1990. – 256с.

УДК 796.325

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО АМПЛУА В КОНТЕКСТЕ ИХ ИГРОВОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ

Миних Максим Иванович

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

Аннотация: В данной статье предлагаются модельные характеристики волейболистов различного амплуа в контексте их игровой эффективности, составленные на основе 60 матчей Чемпионата России 2022 года среди мужских команд. Рассмотрена значимость указанных показателей в командах победителей и проигравших.