

физической культуры и спорта: актуальные вызовы и ответы : материалы Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева. Тюмень: «Вектор Бук», 2020. - С.116-119.

УДК 796/799

**Базилевич М.В.<sup>1</sup>, к.п.н., Терентьева Е.Э.<sup>1</sup>; Молодкина Н.В.<sup>2</sup>**  
**ИЗУЧЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ**  
**ОСОБЕННОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛИСТОК 12-13 ЛЕТ**

<sup>1</sup>Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, *m.v.bazilevich@utmn.ru;*  
*e.terenteva1105@gmail.com*

<sup>2</sup>МАУ СШ №1, г. Тюмень, Россия, *molodkina75@mail.ru*

**Аннотация:** Современный волейбол, как командный вид спорта, предъявляет высокие требования к проявлению максимальных возможностей каждым членом команды, его самоотдаче и самоорганизации для повышения результативности и качества совместной деятельности. Поэтому для тренера по волейболу информация по формально-динамическим особенностям спортсмена представляет особый интерес, так как она может свидетельствовать о его работоспособности, помехоустойчивости, легкости переключения, быстроте овладения движениями. В статье представлены результаты изучения индивидуально-личностных особенностей волейболисток 12-13 лет.

**Ключевые слова:** волейбол, волейболистки 12-13 лет, индивидуально-личностные особенности, темперамент, свойства нервной системы, самооценка.

**Bazilevich M.V.<sup>1</sup>, Ph.D.; Terenteva E.E.<sup>1</sup>; Molodkina N.V.<sup>2</sup>**  
**ANALYSIS OF INDIVIDUAL'S PERSONALITY TRAITS AMONG**  
**FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS AGED 12-13 YEARS OLD**

<sup>1</sup>Tyumen State University, Tyumen, Russia *m.v.bazilevich@utmn.ru;*  
*e.terenteva1105@gmail.com*

<sup>2</sup>Sports school №1, Tyumen, Russia *molodkina75@mail.ru*

**Annotation** Being a team sport, modern volleyball demands high requirements to each member of the team in revealing ultimate capabilities, dedication and self-organization in order to increase the effectiveness and quality of joint activities. Therefore, information on the formal and dynamic qualities of an athlete is of particular interest for a volleyball coach, since it may indicate an athlete's efficiency, distraction tolerance, lightness of switching, movement excellence. The article presents the results of examining the individual and personal traits of female volleyball players of 12-13 years old.

**Keywords:** volleyball, female volleyball players of 12-13 years old, individual and personal traits, temperament, features of nervous system, self-assessment.

Управление воспитательным процессом и организация психологической поддержки в тренировочном процессе является важным звеном в цепи факторов повышения эффективности спортивной деятельности на разных этапах работы с волейболистами. Многочисленные исследования спортивных психологов, свидетельствуют о том, что учет индивидуально-личностных особенностей спортсменов в игровых видах спорта является актуальным вопросом [1,3]. Детский волейбольный тренер ежедневно сталкивается с

задачей организации своих подопечных. В процессе совместной деятельности важно учитывать индивидуальные особенности каждого члена команды, которые будут обеспечивать не только необходимый обмен информацией и ресурсами, но и позволят при необходимости корректировать социально-психологические характеристики детского спортивного коллектива для достижения высокого результата. Современный волейбол, как командный вид спорта, предъявляет высокие требования к проявлению максимальных возможностей каждым членом команды, его самоотдачи и самоорганизации для повышения результативности и качества совместной деятельности. Поэтому для тренера по волейболу информация по формально-динамическим особенностям представляет особый интерес, так как она может свидетельствовать о таких характеристиках поведения спортсмена, как работоспособность, помехоустойчивость, легкость переключения, темп, быстрота овладения движениями, выносливость, быстрота движений. Зная и учитывая свойства личности спортсмена и его нервной системы, тренер сможет найти индивидуальный подход при освоении новым движениям, подготовке к соревнованиям, развитию физических качеств и др. Для этого необходимо диагностировать индивидуально-личностные особенности спортсменов и на основе этого составить план работы, учитывающий специфику конкретной спортивной команды.

**Цель исследования:** определить индивидуально-личностные особенности волейболисток 12–13.

В исследовании приняли участие 24 волейболистки в возрасте 12–13 лет, занимающиеся на базе МАУ СШ №1 г. Тюмень.

Анализ научной литературы свидетельствует, что возраст 12–13 лет является началом подросткового периода, который сопровождается рядом особенностей, и влияет на все сферы жизни ребенка, в том числе и на спортивные занятия.

Для определения типа темперамента мы использовали методику «Изучение свойств темперамента» (Г. Айзенк). Для изучения свойств нервной системы была применена методика «Диагностика свойств нервной системы» (Б. А. Вяткин). Изучение самооценки и самокритичности юных волейболисток осуществлялось с помощью методики разработанной С. Будасси и В. Маришук. В таблице 1 представлены результаты изучения свойств темперамента у волейболисток 2008–2009 г. р.

**Таблица 1**

**Результаты изучения свойств темперамента  
волейболисток 2008–2009 г. р.**

Год рождения	Кол-во (n=24)	Экстраверсия	Эмоциональная устойчивость
2008	13	10 (77%)	12 (92%)
2009	11	11 (100%)	7 (64%)

Обобщая полученные результаты, мы можем отметить, что из 24 девочек - 21 (88%) волейболистка - экстраверт. У пяти девочек наблюдается эмоциональная неустойчивость. Для детей – экстравертов характерно хорошее настроение, активность и импульсивность. При работе с экстравертами, тренеру необходимо побуждать их к самоанализу, во время соревнований, использовать предрасположенность к лидерству, осуществлять контроль ведения спортивного дневника. Интроверты же более закрыты, из-за своей неуверенности им труднее налаживать контакты, в особенности с незнакомыми людьми. Таким образом, к спортсменкам - интровертам необходимо больше внимания со стороны тренера: помочь наладить контакты с другими девочками, распланировать действия заранее. Перед игрой необходимо понижать уровень психического напряжения, на тренировках использовать упражнения на повышение самооценки и помехоустойчивости, а также исключить воздействие в форме запретов.

**Таблица 2**

**Результаты изучения типов темперамента  
волейболисток 2008–2009 г. р.**

Год рождения	Кол-во (n=24)	Сангвиник	Холерик	Флегматик	Меланхолик
2008	13	10 (76,9%)	1 (7,7%)	3 (23%)	0 (0%)
2009	11	7 (63,6%)	4 (36,3%)	0 (0%)	0 (0%)

Распределение по типам темперамента показало (табл.2), что 70,8% волейболисток сангвиники, 20,8% - холерики, 12,5% – флегматики.

У холериков может наблюдаться смена настроения, энергичность, вспыльчивость. Тренировочный процесс холериков должен быть направлен на интенсивную и короткую работу, монотонная деятельность их быстро утомляет. Игру холерик ведет активно и агрессивно. Флегматики же, напротив, медлительны, им тяжело дается разнообразие в деятельности, но они способны эффективно работать на фоне высокой усталости. В тренировочном процессе предпочитают привычные действия, в отличие от сангвиников, которым наоборот, требуется вносить разнообразие в тренировочный процесс для поддержания мотивации занятиями волейболом.

В таблице 3 представлены результаты изучения свойств нервной системы волейболисток 2008–2009 г.р.

**Таблица 3**

**Результаты изучения свойств нервной системы  
волейболисток 2008–2009 г.р.**

Год рождения	Кол-во (n=24)	Свойство нервной системы		
		Преобладает сила возбуждения	Уравновешенность	Преобладает сила торможения
2008	13	2 (15,4%)	4 (30,7%)	7 (53,8%)
2009	11	5 (45,4%)	6 (54,5%)	0 (0%)

Девочки с показателем высокой степени процессов возбуждения отличаются быстрой включаемостью в работу, высокой работоспособностью и выносливостью, что является приоритетным для спортивной деятельности в волейболе. Однако, надо отметить, что у семи волейболисток торможение преобладает над процессами возбуждения. Это говорит о слабой и запоздалой реакции, возможно торможение вплоть до ступора, отказа работать.

Изучение самооценки и самокритичности девочек 12-13 лет так же могут иметь значение для успешной спортивной деятельности (табл. 4)

Таблица 4

**Результаты изучения самооценки и самокритичности  
волейболисток 2008–2009 г. р.**

Год рождения	Кол-во (n=24)	Самооценка		
		Заниженная	Адекватная	Завышенная
2008	13	1 (7,7%)	7 (53,8%)	5 (38,5%)
2009	11	2 (18,1%)	6 (54,5%)	3 (27,3%)

У тринадцати девочек, а это 54,2%, адекватная самооценка, что является хорошим показателем для спортсменок. Три человека (12,5%) с заниженной самооценкой.

Нужно хвалить девочек, когда у них получается на тренировках и соревнованиях, ставить достижимые цели для них, чтобы они могли поверить в свои силы. Поговорить с волейболистками и найти причину заниженного мнения о себе. У восьми девочек (33,3%) можем наблюдать завышенную самооценку. Тренеру необходимо знать, и уметь правильно взаимодействовать с такими спортсменками.

Полученные в ходе исследования результаты были представлены и совместно обсуждены с тренером, у которого занимаются волейболистки.

**Библиографический список**

1. Бабушкин Г.Д. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов: учебное пособие / Г.Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. – СПб: СГУФКС, 2015. – 228 с.
2. Бегметова М. Х. Основные направления при создании модели выбора амплуа на начальном этапе обучения волейболу / М.Х. Бегметова, А.В. Деманов, Н.П. Ленская // Человек. Спорт. Медицина. 2006. №3 (58).
3. Белякова Н.Н. Организация психологического сопровождения юных волейболисток в тренировочном процессе / Н.Н. Белякова, Н.Н. Романова, Я.В. Латюшин, Д.А. Дятлов // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2019. №3.
4. Гирда О.А. Определение игровых амплуа в зависимости от индивидуально-личностных характеристик волейболисток / О.А.Гирда, Т.В.Зумарева // Научные исследования молодых ученых. – Пенза, 2020. – с. 179-183.
5. Дмитриева С.В. Изучение психологического климата в команде гандболисток "звезда Сибири / Дмитриева С.В., Румянцева Ю.А. // Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева «Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: тенденции, традиции и инновации». 2019. С. 51-55.