

Щерба А. К., Урбан К. С., Ковальчук В. І. (Україна)

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ І СТИЛЮ ВЕДЕННЯ ПОЄДИНКУ

Актуальність. Розвиток фехтування йде шляхом підвищення динамічності змагальної боротьби, розширення техніко-тактичного арсеналу дій підготовки, нападу та захисту. Підготовка фехтувальника ґрунтується на варіативному поєднанні об'ємів та інтенсивності тренувальних навантажень, розробці спеціалізованих способів збільшення арсеналу бойових дій, але з часом, велике значення почав отримувати пошук індивідуальних засобів управління поведінкою спортсменів високого класу, аналіз об'єктивних компонентів змагальної діяльності та суб'єктивних особливостей поведінки окремого фехтувальника.

В умовах єдиноборства поняття індивідуального стилю набуває більш широкого сенсу. Фехтувальник варіює різноманітними діями, не тільки пристосовуючись, а й активно приймає участь у ході конфліктної боротьби за допомогою різних способів тактичного управління діями суперника. Здебільшого, формування індивідуального стилю в умовах єдиноборств здійснюється з урахуванням прояву властивостей нервової системи та особливостей тактичної діяльності спортсменів під час поєдинку. Найбільш істотно впливають на формування індивідуального стилю нейродинамічні характеристики, індивідуальні психологічні особливості, а також особливості сенсомоторного реагування.

На основі аналізу наукової літератури було помічено, що фехтувальники приймають рішення під час бою по-різному; одні намагаються діяти швидко, інші приймають рішення обережно, після ряду підготовчих дій, що може констатувати про індивідуальність тактичної підготовки. Відсутність в практичній діяльності тренерів даних про психологічні особливості спортсмена зменшує ефективність тренувального процесу, особливо в індивідуальному підході та на стадії розвитку індивідуального стилю.

Мета дослідження: виявлення індивідуально-психологічних особливостей фехтувальників (рапіристів) та дослідження впливу особливостей спортсмена на вибір стилю введення поєдинку.

Для визначення індивідуально-психологічних особливостей фехтувальників ми використовували методи психологічної діагностики.

Висновки. Фехтування як складно-координаційний вид єдиноборства, має велику кількість техніко-тактичних дій які використовуються під час поєдинку. Тренеру та спортсмену важливо знайти ті прийоми та стиль ведення поєдинку, що не тільки підходять

спортсмену по фізичним та технічним даним, а й враховують його психологічні особливості. Завдяки оцінці індивідуальних психологічних особливостей спортсмена, можна підібрати потрібний вектор розвитку та техніко-тактичний арсенал, що дозволить спортсмену використовувати свої здібності та задатки в повній мірі.

Психологічна підготовка фехтувальника включає в себе здатність до самоаналізу, вміння неупереджено оцінювати своїх супротивників, бойові ситуації, вміння долати труднощі, небезпеки під час змагань, раціонально ризикувати, проявляти витримку та самовладання. Психологічна підготовка спрямована на максимальний прояв загальної та спеціальної тренуваності спортсмена, створення впевненості у своїх силах, управління своєю поведінкою, діями та емоціями. Підсумком психологічної підготовки має бути стан психологічної готовності, яке виражається в максимальній мобілізованості фехтувальника та його здатності віддати всі сили для досягнення найкращих показників на змаганнях. Фактори, що обумовлюють змагальну діяльність фехтувальників, включають аналіз деяких якостей особистості, які впливають на поведінку і, зокрема, на прийняття рішення в поєдинку. Одними з головних чинників є екстраверсія-інтроверсія, емоційна стійкість спортсмена та його мотивація. Зазвичай ці чинники мають суттєві відмінності у спортсменів, що констатує великий вплив індивідуальності спортсмена на його спортивну діяльність. Тільки з урахуванням індивідуальних показників можлива побудова підготовки спортсмена.

На основі вивчення наукової літератури, були виділені чотири типових стилів діяльності: позиційно – наступальний, маневруючий – атакуючий, позиційно – маневрений та позиційно – захисний. Кожний з цих стилів має відмінності не тільки в техніко-тактичній оснащеності та характеру ведення поєдинку, а й характерне психологічне забарвлення. Виявилось, що спортсмени зі сильною нервовою системою краще реагують на складний сигнал (реакція, що має декілька варіантів вибору), а спортсмени зі слабкою нервовою системою – краще на простий сигнал. Отже, з урахуванням психологічних особливостей можливий детальний аналіз спортсмена та раціональний підбір тактичного стилю поєдинку, що зможе розкрити сильні сторони спортсмена та нівелювати слабкі.

При оцінці індивідуальних особливостей діяльності фехтувальника під час поєдинку необхідно враховувати властивості нервової системи (сила, рухливість, врівноваженість) і темпераменту (емоційна реактивність, стійкість і ригідність), які значною мірою визначають спрямованість та ступінь розвитку спортивно-значущих

якостей. При своєчасній оцінці властивостей нервової системи спортсмена тренер має можливість вибрати шлях для успішного формування індивідуального стилю. В умовах єдиноборств поняття індивідуального стилю набуває більш широкий сенс.

Література:

1. Бакум А.В. Особенности техники атакующих действий в фехтовании на рапирах в условиях новых правил соревнований / А.В. Бакум // Probleme actuale ale nejrjei si practicii culturii fizice. – Chisinau: USEFS. – 2010 – С. 157-162.
2. Родионов А.В. Программирование ментального тренинга в фехтовании / А.В. Родионов // Спортивных психолог. 2006. - № 1. - С. 47-53.