

9. Spirina E. A., Kazimova D. A., Mulikova S. A. Development of information educational environment of the university as a condition of improvement of the educational and methodical activity. *Bulletin of Novosibirsk State Pedagogical University*, 2017, vol. 7, no. 4, pp. 26—39. (In Russ.)
10. Kozilova L. V., Ratova I. V., Chvyakin V. A. *Supplementary education in the conditions of systematic changes*. Noginsk, Analitika Rodis, 2017. 236 p. (In Russ.)
11. Zhabakov V. E., Zhabakova T. V. *The pedagogical skills of a teacher of physical culture*. Chelyabinsk, Publ. house of the South-Ural State Humanitarian-Pedagogical University, 2016. 195 p. (In Russ.)
12. Artyukhina M. S., Artyukhin O. I., Usimova D. Yu. Modern educational environment in the context of postnonclassical scientific paradigm. *The problems of modern pedagogical education*, 2019, no. 62-2, pp. 21—24. (In Russ.)
13. Khorvat D. A. *The educational environment of the higher educational institution as the factor of the students' cultural competences formation. Diss. of the Cand. of Pedagogy. 13.00.08*. Moscow, 2015. 173 p. (In Russ.)
14. Zhuravleva O. I. The professional competence, skills, and maturity of a modern high school teacher. *Pedagogical experiment: approaches and problems*, 2018, iss. 4, pp. 37—41. (In Russ.)
15. Pisarenko V. I. The peculiarities and prospects of the modeling method using in the modern pedagogics. *Informatics, computing technology and engineering education*, 2019, no. 3, pp. 2—14. (In Russ.)

**Как цитировать статью:** Якумов А. А., Блинов Л. В. Информационно насыщенная образовательная среда как условие совершенствования профессионального мастерства педагогов // Бизнес. Образование. Право. 2020. № 4 (53). С. 399–403. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.53.475.

**For citation:** Yakumov A. A., Blinov L. V. Informationally-rich educational environment as the condition of teachers' skills improvement. *Business. Education. Law*, 2020, no. 4, pp. 399–403. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.53.475

УДК 796.092.2  
ББК 75.1

DOI: 10.25683/VOLBI.2020.53.472

**Babushkin Gennady Dmitrievich**,  
Doctor of Pedagogy,  
Professor of the Department of Theory and Methods  
of Physical Culture and Sports,  
Siberian State University  
of Physical Culture and Sports,  
Russian Federation, Omsk,  
e-mail: gena41@mail.ru

**Бабушкин Геннадий Дмитриевич**,  
д-р пед. наук,  
профессор кафедры теории и методики  
физической культуры и спорта,  
Сибирский государственный университет  
физической культуры и спорта,  
Российская Федерация, г. Омск,  
e-mail: gena41@mail.ru

## УСПЕШНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

### COMPETITIVE SUCCESS OF THE ATHLETES OF HIGH QUALIFICATION

13.00.04 — Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

13.00.04 — Theory and methodology of physical education, sports training, wellness and adaptive physical education

Статья посвящена исследованию успешности соревновательной деятельности спортсменов. Проведено исследование результатов выступления спортсменов различной квалификации на соревнованиях различного ранга (тяжелоатлетов, пловцов, стрелков из пистолета). Нами не случайно были выбраны представители этих видов спорта, в которых результаты деятельности не зависят от партнеров. Показатель успешности спортсменов при выступлении на соревнованиях недостаточно высокий: в среднем успешное выступление спортсменов наблюдалось в 50 % случаев. Конечно, успешность выступления спортсмена на соревнованиях определяется рядом факторов: подготовленность спортсмена (физическая, техническая, тактическая), методика подготовки к соревнованиям, состав соперников, материально-техническая оснащенность и ряд других. В своем исследовании мы остановились на рассмотрении психологических качеств, полагая, что их сформированность

у спортсмена окажется решающим фактором успешности соревновательной деятельности. Нами выявлялась сформированность следующих психологических качеств: психологическая подготовленность, эмоциональный интеллект, содержание предсоревновательной мыслительной деятельности, способность к психорегуляции, переносимость психической нагрузки. У ряда спортсменов был выявлен средний уровень развития перечисленных качеств, что отрицательно влияет на предстартовое состояние спортсмена, поведение на соревнованиях и успешность соревновательной деятельности. Спортсмены, имеющие высокие показатели перечисленных качеств, выполняли заявочные результаты, демонстрировали на соревнованиях высокие спортивные результаты, занимали призовые места и устанавливали личные рекорды. Полученные в ходе исследования результаты свидетельствуют о существенном влиянии изученных качеств на выступление спортсменов на соревнованиях.

что было показано при проведении однофакторного дисперсионного анализа по Фишеру. Оказалось, что с повышением спортивной квалификации спортсмена влияние психологических качеств на успешность выступления повышается. Полученные в ходе исследования результаты и сформулированные положения указывают на необходимость поиска путей совершенствования психологической подготовки спортсменов, в частности повышения уровня сформированности изученных качеств.

*The article is dedicated to research of the success of competitive activities of the athletes. The study of the results of athletes of different qualifications in competitions of different rank (weightlifters, swimmers, shooters with a pistol) was conducted. It is no coincidence that we have selected representatives of these sports, in which the results of activities are independent of partners. The success rate of athletes in competition is not high enough — on average, successful performance of athletes was observed in 50 % of cases. Of course, the success of the athlete's performance in competitions is determined by a number of factors: preparedness of the athlete (physical, technical, tactical), the method of preparation for competition, the composition of rivals, the logistics and a number of others. In our study, we focused on the study of psychological qualities, believing that their formation in an athlete will be a decisive factor in the success of competitive activity. We have revealed the formation of the following psychological qualities: psychological preparation, emotional intelligence, content of pre-competitive mental activity, ability to psychoregulation, and tolerance of mental load. A number of athletes have been found to have an average level of development of these qualities, which negatively affects the pre-launch condition of the athlete, the behavior in competitions and the success of competitive activity. Athletes with high performance of these qualities, performed the claim results, demonstrated high sports results at the competitions, took prizes and set personal records. The results of the study show a significant effect of the studied qualities on the performance of athletes at competitions, which was demonstrated during the Fisher's single-factor dispersion analysis. It turned out that with improvement of the athlete's sports qualifications, the influence of psychological qualities on the success of performance increases. The results of the study and the provisions formulated indicate the need to find ways to improve the psychological training of athletes, in particular to improve the level of formation of the studied qualities.*

**Ключевые слова:** психологическая подготовленность, показатели, спортсмены, высокая квалификация, значимость, психологические качества, сформированность, соревнования, успешность выступления, результаты, факторный анализ, соревновательная деятельность.

**Keywords:** psychological readiness, indicators, athletes, high qualification, significance, psychological qualities, formedness, competitions, performance success, results, factor analysis, competitive activity.

### Введение

Соревновательная деятельность в спорте характеризуется высокой эмоциональной напряженностью, сопряжена с высокой степенью ответственности за результаты и необходимостью решения оперативных задач, возникающих в соревновании [1—6 и др.]. Перечисленные особенности

соревновательной деятельности представляют высокую психическую нагрузку для спортсмена, которая сказывается на состоянии, поведении и успешности соревновательной деятельности. В подготовке спортсменов тренеры не уделяют должного внимания развитию психологических качеств [7, 8 и др.], определяющих психологическую подготовленность спортсмена. Определенное место в подготовке спортсменов отводится формированию волевых качеств, мотивации [9—12 и др.].

Демонстрация спортсменами высоких спортивных результатов на соревнованиях, имеющих высокую физическую и техническую подготовленность, в значительной степени обусловлена психологическими качествами. Результаты наших исследований свидетельствуют о том, что высококвалифицированные спортсмены — мастера спорта, мастера спорта международного класса, заслуженные мастера спорта, — имеющие высокий уровень физической и технической подготовленности, не всегда могут их продемонстрировать на соревнованиях высокого ранга — чемпионатах России, Мира, Олимпийских играх. В целом спортсмены высокой квалификации выполняют и перевыполняют запланированные результаты на соревнованиях только в 40 % случаев. Поиск факторов, обуславливающих успешность выступления спортсменов на соревнованиях, является актуальной проблемой спортивной психологии, а также теории и методики спортивной тренировки.

В основу нашего исследования было положено **предположение** о том, что успешность соревновательной деятельности спортсменов обусловлена рядом психологических качеств, составляющих основу создания психической готовности спортсмена к старту, что и определило цель нашего исследования.

**Степень изученности проблемы** свидетельствует о недостаточном внимании исследователей к поиску причин неуспешных выступлений на соревнованиях спортсменов различных видов спорта и спортивной квалификации.

**Цель** исследования — выявление успешности соревновательной деятельности спортсменов и факторов, ее определяющих.

**Задачи** исследования: 1) определить успешность соревновательной деятельности спортсменов некоторых индивидуальных видов спорта; 2) выявить сформированность некоторых психологических качеств и определить их влияние на успешность соревновательной деятельности спортсменов.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в том, что полученные в ходе исследования данные позволяют расширить представление о значимости психологических качеств в успешности соревновательной деятельности спортсменов.

**Практическая значимость** исследования заключается в том, что выявленные психологические качества оказывают существенное влияние на успешность соревновательной деятельности спортсмена и их развитие в процессе психологической подготовки будет способствовать повышению психологической подготовленности и результативности соревновательной деятельности спортсменов.

**Научная новизна** результатов исследования состоит в выявлении успешности соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации и значимости некоторых психологических качеств в результативности соревновательной деятельности.

**Методологическую основу** исследования составляют современные представления о психологической подготовке

спортсменов к соревнованиям (Г. Д. Горбунов, Г. Б. Горская, А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, И. Ф. Андрушишин, Б. П. Яковлев, И. П. Волков, В. Л. Маришук и др.).

**Методы и организация исследования.** В исследовании использовались следующие методы: анализ литературы и протоколов соревнований, тестирование, наблюдение, методы математической статистики [13]. Исследование проходило на ряде соревнований по тяжелой атлетике (Чемпионат России, Кубок России), плаванию (Чемпионат России, Кубок России), стрельбе из пистолета (первенство Омской области). В соревнованиях принимали участие спортсмены различной квалификации (массовые разряды, к. м. с, м. с., м. с. м. к., засл. м. с.). В сборе материалов принимали участие аспиранты и магистранты: Е. А. Скорук, Р. Е. Рыбин, С. О. Ковбель.

Успешность соревновательной деятельности пловцов высокой квалификации определялась посредством выполнения на двух соревнованиях заявочного результата (всего было проанализировано 56 стартов пловцов). Успешность соревновательной деятельности стрелков определялась посредством отношения очков, набранных на соревновании, к очкам, набранным на контрольных стрельбах при подготовке к соревнованию. Успешность выступления тяжелоатлетов на соревнованиях определялась посредством выполнения заявленного веса в рывке и толчке. Находилось количество случаев в процентах. Предсоревновательная психологическая подготовленность, позитивная составляющая мыслительной деятельности определялись по методикам Г. Д. Бабушкина, эмоциональный интеллект — по методике Н. Холла [13].

### Результаты и их обсуждение

#### *Исследование пловцов*

Результаты анализа протоколов соревнований показали, что не все пловцы выполняли заявочный результат на соревнованиях высокого ранга. Подсчитывалось количество случаев выполнения пловцами заявочного результата. Успешность в среднем составила 40 %. Исследование у пловцов ряда психологических качеств показало следующее. У пловцов выявлен средний уровень предсоревновательной психологической подготовленности, эмоционального интеллекта и позитивной направленности предсоревновательной мыслительной деятельности, отражающий ее недостаточно позитивную направленность, которые не способствуют реализации в соревновательных условиях накопленного на тренировках потенциала. Пловцы, имеющие высокий уровень сформированности перечисленных качеств, выполняли и перевыполняли заявочные результаты на соревнованиях. Результаты факторного анализа по Р. Фишеру:  $F_{\text{расч}} = 6,3$  при  $F_{\text{крит}} = 3,7$ . Включение в психологическую подготовку к соревнованиям психологических тренингов, направленных на повышение уровня сформированности психологических качеств, способствовало проявлению оптимального предстартового состояния и успешному выступлению на соревновании. Успешность соревновательной деятельности пловцов составила 70 %.

#### *Исследование стрелков из пистолета*

Успешным выступлением считалось выполнение и перевыполнение на соревновании результатов контрольных стрельб. При исследовании успешности соревновательной деятельности у стрелков из пистолета выявлялась степень переносимости спортсменом психической нагрузки. Диагностика переносимости спортсменами психических

нагрузок включает анализ следующих механизмов: саморегуляцию, мотивацию, эмоции, волю, интеллект, интуицию. Проведение диагностики переносимости психических нагрузок спортсменов-стрелков позволило выявить высокий уровень данного показателя у группы высококвалифицированных спортсменов-стрелков из пистолета и средний уровень у спортсменов-стрелков массовых разрядов. Анализ результатов выступления стрелков на соревнованиях показал следующее. Степень переносимости психической нагрузки спортсменов-стрелков в целом оказывает достоверное влияние на результативность соревновательной деятельности только в группе спортсменов-стрелков высокой квалификации (по результатам факторного анализа по Р. Фишеру,  $F_{\text{расч}} = 4,9$  при  $F_{\text{крит}} = 3,4$ ). Существенное влияние на успешность соревновательной деятельности оказывают: мотивация, потребность в достижении, способность к саморегуляции, смелость и решительность, настойчивость и упорство, сила характера.

#### *Исследование тяжелоатлетов*

У тяжелоатлетов высокой квалификации выявлялись: предсоревновательная психологическая подготовленность; эмоциональный интеллект, направленность предсоревновательной мыслительной деятельности. При максимальном значении психологической подготовленности спортсменов (33 балла) она составляет в среднем 30 баллов, что характеризует ее высокий уровень. Однофакторный анализ по Фишеру показал существенное влияние предсоревновательной психологической подготовленности на успешность соревновательной деятельности ( $F_{\text{расч}} = 8,7$  при  $F_{\text{крит}} = 4,2$ ). Значимым фактором в этом выступает эмоциональный компонент психологической подготовленности как наиболее динамичный и чувствительный к воздействиям на спортсмена различных факторов. В структуре эмоционального компонента выявлены существенные недостатки, что сказывается на результатах соревновательной деятельности спортсменов. Так, тяжелоатлеты в шести подходах из 20 получили нулевые оценки (не взяли начальный вес). В толчке семь спортсменов, в рывке шесть спортсменов не выполнили заявленные результаты. Успешность выступления тяжелоатлетов составила всего 35 %.

Второй причиной неудачных выступлений тяжелоатлетов молодежной сборной России, на наш взгляд, явилось неграмотное программирование соревновательной деятельности. В первом подходе спортсмены заявляли предельный вес штанги. В результате в шести подходах тяжелоатлеты не подняли первый заявленный вес. В этой связи необходимо тщательное предварительное программирование предстоящей соревновательной деятельности и проверка его эффективности на предсоревновательном этапе.

### Заключение

Проведенное исследование успешности соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации и анализ сформированности психологических качеств позволили сформулировать следующие положения:

1. Психологическая подготовленность спортсменов включает четыре компонента: мотивационно-потребностный, эмоциональный, рефлексивный, сенсомоторный. Наибольшее влияние на успешность соревновательной деятельности спортсмена оказывает эмоциональный компонент как наиболее динамичный и подверженный внешним воздействиям.

2. Позитивная составляющая предсоревновательной мыслительной деятельности у спортсменов недостаточно высока и оказывает существенное влияние на успешность выступления.

3. Высокое значение в успешности соревновательной деятельности спортсменов занимает эмоциональный интеллект, являющийся интеллектуальной основой психологической подготовленности спортсмена.

4. Выступление спортсменов на соревнованиях связано с влиянием на спортсмена психической нагрузки. Степень перенесения спортсменом психической нагрузки обусловлена саморегуляцией, мотивацией, управлением эмоциями, волей, интеллектом, интуицией.

5. Повышение успешности соревновательной деятельности спортсменов видится в развитии психологических качеств, отражающих психологическую подготовленность спортсмена.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Бабушкин Г. Д., Диких К. В. Интеллектуально-психологическая подготовка спортсмена. Омск : СибГУФК, 2013. 240 с.
2. Бабушкин Г. Д., Скорук Е. А. Переносимость психической нагрузки и ее влияние на результативность соревновательной деятельности спортсменов // Омский научный вестник. 2014. № 3. С. 171—174.
3. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта. М. : Советский спорт, 2014. 328 с.
4. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология. СПб. : Питер, 2001. 454 с.
5. Яковлев Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности. М. : Советский спорт, 2014. 312 с.
6. Яковлев Б. П. Психическая нагрузка в спорте высших достижений. Сургут : СурГПУ, 2007. 201 с.
7. Сальников В. А. Индивидуальные различия в системе спортивной деятельности. Омск : Изд-во СибАДИ, 2003. 262 с.
8. Сальников В. А. Психолого-педагогические особенности силовых видов спорта : моногр. Омск : Изд-во СибАДИ, 2013. 430 с.
9. Birrer D., Morgan G. Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports // *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2010. Vol. 20. Pp. 78—87.
10. Jøesaar H., Hein V., Hagger M. S. Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study // *Psychology of Sport and Exercise*. 2011. Vol. 12. No. 5. Pp. 500—508.
11. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities / N. Vysochina et al. // *Journal of Physical Education and Sport*. 2018. Vol. 18. No. 1. Pp. 230—234.
12. Weiss M. R. Motivating kids in physical activity // *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*. 2000. S. 3. No. 11. Pp. 3—10.
13. Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов. Омск : Изд-во СибГУФК, 2015. 228 с.

## REFERENCES

1. Babushkin G. D., Dikikh K. V. *Intellectual and psychological training of athlete*. Omsk, SibGUFK, 2013. 240 p. (In Russ.)
2. Babushkin G. D., Skoruk E. A. Tolerance to mental stress and its impact on the effectiveness of competitive activity of athletes. *Omsk scientific Bulletin*, 2014, no. 3, pp. 171—174. (In Russ.)
3. Gorbunov G. D. *Psychopedagogy of sports*. Moscow, Sovetsky sport, 2014. 328 p. (In Russ.)
4. Ilyin E. P. *Differential psychophysiology*. Saint Petersburg, Peter, 2001. 454 p. (In Russ.)
5. Yakovlev B. P. *Motivation and emotions in sports activities*. Moscow, Sovetsky sport, 2014. 312 p. (In Russ.)
6. Yakovlev B. P. *Mental load in sports of the highest achievements*. Surgut, SurGPU, 2007. 201 p. (In Russ.)
7. Salnikov V. A. *Individual differences in the system of sports activity*. Omsk, SibADI publ. house, 2003. 262 p. (In Russ.)
8. Salnikov V. A. *Psychological and educational features of power sports. Monograph*. Omsk, SibADI, 2013. 430 p. (In Russ.)
9. Birrer D., Morgan G. Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 2010, vol. 20, pp. 78—87.
10. Jøesaar H., Hein V., Hagger M. S. Peer influence on young athletes' need satisfaction, intrinsic motivation and persistence in sport: A 12-month prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 2011, vol. 12, no. 5, pp. 500—508.
11. N. Vysochina et al. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities. *Journal of Physical Education and Sport*, 2018, vol. 18, no. 1, pp. 230—234.
12. Weiss M. R. Motivating kids in physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 2000, s. 3, no. 11, pp. 3—10.
13. Babushkin G. D., Yakovlev B. P. *Psychological and pedagogical methods in the structure of athletes training*. Omsk, SibGUFK publ. house, 2015. 228 p. (In Russ.)

**Как цитировать статью:** Бабушкин Г. Д. Успешность соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации // Бизнес. Образование. Право. 2020. № 4 (53). С. 403—406. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.53.472.

**For citation:** Babushkin G. D. Competitive success of the athletes of high qualification. *Business. Education. Law*, 2020, no. 4, pp. 403—406. DOI: 10.25683/VOLBI.2020.53.472.