

Научная статья
УДК 159.9.072:796.071
DOI: 10.25683/VOLBI.2021.57.451

Gennadiy Dmitrievich Babushkin

Doctor of Pedagogy,
 Professor of the Department of Theory and Methods
 of Physical Culture and Sports,
 Siberian State University
 of Physical Culture and Sports
 Omsk, Russian Federation
 gena41@mail.ru

Andrey Vladislavovich Bobrovskiy

Candidate of Pedagogy, Associate Professor,
 Deputy Head of the Department of Physical Training,
 Omsk Academy
 of the Ministry of Internal Affairs of Russia
 Omsk, Russian Federation
 bobrovskiy.av@mail.ru

Vladislav Aleksandrovich Bobrovskiy

Candidate of Pedagogy,
 Associate Professor of the Department of Physical Culture and Sport,
 Omsk State Technical University
 Omsk, Russian Federation
 bobrovskiy.vlad52@gmail.com

Sergey Egorovich Kharakhordin

Associate Professor of the Department of Sports Games,
 Altai State Pedagogical University
 Barnaul, Russian Federation
 harahordin62@mail.ru

Геннадий Дмитриевич Бабушкин

д-р пед. наук,
 профессор кафедры теории и методики
 физической культуры и спорта,
 Сибирский государственный университет
 физической культуры и спорта
 Омск, Российская Федерация
 gena41@mail.ru

Андрей Владиславович Бобровский

канд. пед. наук, доцент,
 заместитель начальника кафедры физической подготовки,
 Омская академия
 Министерства внутренних дел Российской Федерации
 Омск, Российская Федерация
 bobrovskiy.av@mail.ru

Владислав Александрович Бобровский

канд. пед. наук,
 доцент кафедры физической культуры и спорта,
 Омский государственный технический университет
 Омск, Российская Федерация
 bobrovskiy.vlad52@gmail.com

Сергей Егорович Харахордин

доцент кафедры спортивных игр,
 Алтайский государственный педагогический университет
 Барнаул, Российская Федерация
 harahordin62@mail.ru

ПСИХОДИАГНОСТИКА В СИСТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

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

Аннотация. Спортивная деятельность, характеризующаяся высокой экстремальностью и эмоциональностью, предъявляет высокие требования к личности спортсмена. В этой связи необходимо соответствующее психологическое обеспечение подготовки спортсменов, одним из направлений которого является психодиагностика личностных качеств, психических процессов, взаимоотношений в команде, состояний спортсмена.

Психодиагностика в спорте представляет собой систему мероприятий, направленных на совершенствование тренировочного и соревновательного процессов [1]. В тренировочном процессе предметом психодиагностики являются: 1) свойства нервных процессов: сила, подвижность, уравновешенность, выступающие своеобразным индикатором при выборе «своего» вида спорта; 2) психические процессы: ощущения, память, реакция, свойства внимания, определяющие успешность овладения избранным видом спорта; 3) свойства личности (темперамент, характер и др.), лежащие в основе индивидуального подхода в подготовке спортсменов, комплектования составов групп, звеньев на основе психологической совместимости; 4) способности: координационные, психомоторные, скоростно-силовые, способность к саморе-

гуляции; 5) психические состояния в тренировочном процессе, перед соревнованием, на соревновании, после соревнования; б) мотивация, актуальные потребности спортсменов, являющиеся «движителями» в спортивном совершенствовании. В соревновательной деятельности предметом психодиагностики является состояние спортсмена, характеризующееся динамичностью и влияющее на результаты соревновательной деятельности. Психодиагностика в спорте проводится на всех этапах многолетней спортивной тренировки: начальной подготовки, спортивной специализации, спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства [2]. На каждом из этапов психодиагностика предусматривает решение задач, способствующих повышению качества спортивной тренировки и подготовки спортсменов к соревнованию. Существенное место психодиагностика занимает в структуре предсоревновательной подготовки спортсменов и соревновательной деятельности.

Ключевые слова: психодиагностика, система, управление, психические процессы, состояние, психологическое обеспечение, спортсмены, спортивная подготовка, тренировочный процесс, соревнование, психологические качества, прогнозирование, тренерская деятельность

Для цитирования: Бабушкин Г. Д., Бобровский А. В., Бобровский В. А., Харахордин С. Е. Психодиагностика в системе психологического обеспечения подготовки спортсменов // Бизнес. Образование. Право. 2021. № 4 (57). С. 405—408. DOI: 10.25683/VOLBI.2021.57.451.

Original article

PSYCHODIAGNOSTICS IN THE SYSTEM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF ATHLETES' TRAINING

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

Abstract. *Sports activity, characterised by high extremity and emotionality, places high demands on the personality of an athlete. In this regard, it is necessary to provide appropriate psychological support for the preparation of athletes, one of the directions of which is psychodiagnostics of personal qualities, mental processes, team relationships and the athlete's condition.*

Psychodiagnostics in sports is a system of measures aimed at improving training and competitive processes [1]. In the training process, the subjects of psychodiagnostics are: 1) the properties of nerve processes: force, mobility, equilibrium, acting as a kind of indicator when choosing a sport; 2) mental processes: sensation, memory, reaction, attention properties, determining the success of mastering the chosen sport; 3) personality traits (temperament, character, etc.) that underlie the individual training of athletes and the composition of groups and links on the basis of psychological compatibility; 4) abilities: coordination, psychomotor, speed-power, ability to self-regulation; 5) mental

states in the training process, before the competition, at the competition, after the competition; 6) motivation, the actual needs of athletes, which are the "drivers" of sporting excellence. In competitive activities, the subject of psychodiagnostics is the state of an athlete, characterized by dynamicity and affecting the results of competitive activities. Psychodiagnostics in sports is carried out at all stages of many years of sports training: initial training, sports specialization, sports advancement, higher sports skills [2]. At each stage, psychodiagnostics involves addressing tasks that contribute to improving the quality of sports training and athletes' preparation for competition. Psychodiagnostics occupies a significant place in the structure of pre-competition training of athletes and competitive activity

Keywords: *psychodiagnostics, system, management, mental processes, condition, psychological support, athletes, sports training, training process, competition, psychological qualities, forecasting, coaching*

For citation: Babushkin G. D., Bobrovskiy A. V., Bobrovskiy V. A., Kharakhordin S. E. Psychodiagnostics in the system of psychological support of athletes' training. *Business. Education. Law*, 2021, no. 4, pp. 405—408. DOI: 10.25683/VOLBI.2021.57.451.

Введение

Актуальность. Основная задача спортивной психодиагностики — выявление уровня развития психических процессов, свойств, состояний, взаимоотношений с целью использования полученных результатов в практике подготовки спортсменов. Использование психодиагностики в тренировочном процессе позволяет тренеру: выявить причины нестабильного выступления спортсмена на соревнованиях; определить степень соответствия спортсмена избранному виду спортивной деятельности и возможности достижения высоких результатов в спорте; осуществлять индивидуальный подход на основе результатов психодиагностики; выявить структуру спортивной мотивации спортсмена; определить характер межличностных взаимоотношений в спортивной команде; выявить влияние тренировочных и соревновательных нагрузок на психическое состояние спортсмена и многое другое.

Управление поведением, состоянием, развитием спортсмена невозможно без знания личности: свойств нервной системы, свойств темперамента, характера, способностей, мотивации и т. п. Для получения этого знания и предназначена психодиагностика. Внедрение психодиагностики в систему подготовки спортсменов обусловлено высокой значимостью психологического фактора в спортивной деятельности. Благодаря таким исследователям в области спортивной психологии, как В. Л. Марищук, Б. А. Вяткин, Г. Д. Горбунов, Ю. Я. Киселев и др., психодиагностика сегодня находит широкое распространение в научно-исследовательской работе в системе подготовки спортсменов.

При этом следует отметить, что в настоящее время психодиагностика в спорте не нашла широкого распростра-

нения в тренерской работе [3] по причине недостаточного уровня знаний у тренеров о сущности психодиагностики, ее возможностях и технологии ее применения в системе подготовки спортсменов.

Степень изученности проблемы. Психодиагностика как область психологического знания получила признание во второй половине 19-го века и вошла в сферу спорта во второй половине 20-го века. В. Л. Марищук первым из российских психологов стал автором разработки системы психодиагностики и инициатором ее внедрения в систему подготовки спортсменов [4]. В дальнейшем его идеи были подхвачены и другими психологами [5—8 и др.]. На сегодняшний день в психодиагностике накоплен большой экспериментальный материал, позволяющий решать многие практические вопросы в тренировочном процессе, в процессе подготовки спортсменов к соревнованиям, в научных исследованиях. В зарубежной психологической литературе уделяется должное внимание психодиагностике в спорте [9—12 и др.]. Широкое распространение получили методики диагностики психологических навыков спортсменов в исследованиях зарубежных психологов [13]. Особо следует отметить исследование Н. Л. Высочинной, посвященное психологическому обеспечению подготовки спортсменов в олимпийском спорте [14].

Цель исследования — обосновать значение, задачи и предмет психодиагностики в системе психологического обеспечения подготовки спортсменов в процессе многолетней спортивной тренировки.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что представленные в статье материалы позволяют расширить понимание содержания, объекта и задач психодиагностики в системе психологического обеспечения

подготовки спортсменов и могут служить основой для разработки психодиагностики для конкретного вида спорта.

Практическая значимость результатов исследования состоит в том, что представленные в статье материалы имеют прямой выход на включение их в систему психологического обеспечения подготовки спортсменов на всех этапах многолетнего тренировочного процесса.

Научная новизна заключается в обосновании значения, задач, предмета психодиагностики в системе психологического обеспечения тренировочной и соревновательной деятельности в процессе многолетней спортивной подготовки спортсменов.

Основная часть

Методология. Методологическую основу исследования составляют: положения теории и методики спортивной тренировки, представленные в трудах Л. П. Матвеева, В. Н. Платонова и др.; концепции психодиагностики в спорте, разработанные В. Л. Марищуком, Ю. Я. Киселевым и др.; концепции психологического обеспечения подготовки спортсменов, изложенные в трудах А. В. Родионова, И. Ф. Андрущишина, Г. Д. Горбунова, Г. Б. Горской, Г. Д. Бабушкина и др. Анализ отечественных и зарубежных материалов по психодиагностике в спорте, а также наше многолетнее использование психодиагностических методик в экспериментальной и практической работе и разработка новых методик позволили определить значение, объекты, задачи психодиагностики в системе психологического обеспечения подготовки спортсменов.

Результаты. Внедрение тренерами психодиагностики в систему тренировочного и соревновательного процессов связано со знанием методов психодиагностики и интерпретаций полученных результатов с целью их практического использования. С целью выявления причин, затрудняющих внедрение психодиагностики в систему подготовки спортсменов, нами было опрошено 55 тренеров со стажем работы от 5 до 20 лет, обучающихся в магистратуре СибГУФК. Анализ результатов опроса показал недостаточный уровень владения психодиагностикой в подготовке спортсменов, что является причиной отсутствия внимания к психодиагностике в подготовке спортсменов.

Анализ специальной литературы и результаты наших многолетних исследований позволяют сформулировать, что в тренировочном процессе предметом психодиагностики являются:

- свойства нервных процессов: сила, подвижность, уравновешенность, выступающие своеобразным индикатором при выборе «своего» вида спорта;
- психические процессы: ощущения (мышечно-двигательные, вестибулярные, зрительные); память (двигательная, оперативная); реакция (простая, сложная, на движущийся объект, антиципация); свойства внимания (объем, переключение, распределение, концентрация, устойчивость), определяющие успешность спортсмена в овладении избранным видом спорта;

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Бабушкин Г. Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учеб. пособие. Омск : СибГУФК, 2012. 328 с.
2. Горская Г. Б. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов : учеб. пособие. Краснодар : КГИФК, 2008. 280 с.
3. Бабушкин Г. Д. Задачи психодиагностики в психологическом обеспечении подготовки спортсменов // Научные труды : ежегодник. Омск : СибГУФК, 2018. С. 3—7.

– свойства личности (темперамент, характер и др.), лежащие в основе индивидуального подхода в подготовке спортсменов, комплектования составов групп, звеньев на основе психологической совместимости;

- способности: координационные, психомоторные, скоростно-силовые, способность к саморегуляции;
- психические состояния в тренировочном процессе, перед соревнованием, на соревновании, после соревнования;
- мотивация, актуальные потребности спортсменов, являющиеся «движителями» в спортивном совершенствовании.

В соревновательной деятельности предметом психодиагностики является состояние спортсмена, характеризующееся динамичностью и влияющее на результаты соревновательной деятельности.

В системе многолетней спортивной подготовки объектами психодиагностики являются:

- на этапе начальной подготовки: индивидуально-психологическая сфера личности; потребностно-мотивационная сфера личности; психические процессы; профессионально важные качества для конкретного вида спорта; межличностные взаимоотношения в группе;
- на этапе спортивной специализации: комплексная предсоревновательная психологическая подготовленность; содержание предсоревновательной мыслительной деятельности; эмоциональный интеллект; способность к психорегуляции; соревновательная мотивация;
- на этапе спортивного совершенствования: предсоревновательная психологическая подготовленность; эмоциональный интеллект; способность к психорегуляции; соответствие психоконтекста избранному виду спорта; содержание предсоревновательной мыслительной деятельности; эмоциональное выгорание;
- на этапе высшего спортивного мастерства: психическая готовность к соревнованию, старту, упражнению; соревновательная мотивация; переносимость спортсменом психической нагрузки; эмоциональное выгорание.

По результатам психодиагностики проводится следующая работа: отбор в конкретный вид спорта; организация индивидуального подхода к спортсменам; формирование индивидуального стиля деятельности спортсмена; индивидуализация психологической подготовки спортсменов к соревнованиям; управление межличностными взаимоотношениями в группе; комплектование групп, составов, звеньев на основе психологической совместимости; отбор спортсменов для включения в команду к выступлению на соревновании.

Выводы

Психодиагностика представляется составной частью психологической работы тренера и психолога со спортсменами. Представлено значение, предмет и место психодиагностики в системе психологического обеспечения подготовки спортсменов. Обоснованы объекты психодиагностики при подготовке спортсменов в процессе многолетней спортивной тренировки. Показано содержание работы тренера по результатам психодиагностики.

4. Маришук В. Л., Серова Л. К., Блудов Ю. М. Психодиагностика в спорте : учеб. пособие. М. : Просвещение, 2005. 349 с.
5. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта : учеб. пособие. М. : Советский спорт, 2014. 326 с.
6. Андрущишин И. Ф. Комплексная система психолого-педагогической подготовки спортсменов : учеб. пособие. Алматы : КазАСиТ, 2010. 330 с.
7. Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П. Психодиагностика: теоретические и практические аспекты : учеб. Новосибирск : Сибпринт, 2020. 216 с.
8. Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов : учеб. пособие. Омск : СибГУФК, 2015. 228 с.
9. Бабушкин Г. Д., Скорук Е. А. Переносимость психической нагрузки и ее влияние на результативность соревновательной деятельности спортсменов // Омский науч. вестн. 2014. № 3. С. 171—174.
10. 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.
11. Jõesaar H., Hein V., Hagger N. 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.
12. Vysochina N. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities // *Journal of Physical Education and Sport*. 2018. Vol. 18. No. 1. Pp. 230—234.
13. Симоненкова И. Проблема диагностики психологических навыков спортсменов (по материалам зарубежных исследований) // *Спортивный психолог*. 2015. № 3(38). С. 63—66.
14. Височина Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті : моногр. Киев : Центр учебні ліратури, 2017. 365 с.

REFERENCES

1. Babushkin G. D. *Psychodiagnostics of personality in physical culture and sports. Textbook*. Omsk, SibGUFK publ., 2012. 328 p. (In Russ.)
2. Gorskaya G. B. *Psychological support of athletes' training. Textbook*. Krasnodar, KGIFK publ., 2008. 280 p. (In Russ.)
3. Babushkin G. D. Tasks of psychodiagnostics in psychological support of athletes' training. In: *Scientific works. Yearbook*. Omsk, SibGUFK publ., 2018. Pp. 3—7. (In Russ.)
4. Marishchuk V. L., Serova L. K., Bludov Yu. M. *Psychodiagnostics in sports. Textbook*. Moscow, Prosveshchenie, 2005. 349 p. (In Russ.)
5. Gorbunov G. D. *Psychopedagogics of sports. Textbook*. Moscow, Sovetskiy sport, 2014. 326 p. (In Russ.)
6. Andrushchishin I. F. *Complex system of psychological and pedagogical training of athletes. Textbook*. Almaty, KazASiT publ., 2010. 330 p. (In Russ.)
7. Babushkin G. D., Yakovlev B. P. *Psychodiagnostics: theoretical and practical aspects. Textbook*. Novosibirsk, Sibprint, 2020. 216 p. (In Russ.)
8. Babushkin G. D., Yakovlev B. P. *Psychological and pedagogical methods in the structure of athletes' training. Textbook*. Omsk, SibGUFK publ., 2015. 228 p. (In Russ.)
9. Babushkin G. D., Skoruk E. A. Tolerance of mental stress and its impact on the effectiveness of competitive activity of athletes. *Omsk Scientific Bulletin*, 2014, no. 3, pp. 171—174. (In Russ.)
10. 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.
11. Jõesaar H., Hein V., Hagger N. 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.
12. Vysochina N. Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities. *Journal of Physical Education and Sport*, 2018, vol. 18, no. 1, pp. 230—234.
13. Simonenkova I. The problem of psychological skills diagnostics of athletes (foreign studies). *Sports psychologist*, 2015, no. 3(38), pp. 63—66. (In Russ.)
14. Vysochina N. L. *Psychological support in the system of athletes' training in Olympic sport. Monograph*. Kiev, Center for Educational Literature, 2017. 365 p. (In Ukrainian)

Статья поступила в редакцию 20.09.2021; одобрена после рецензирования 30.09.2021; принята к публикации 07.10.2021.
The article was submitted 20.09.2021; approved after reviewing 30.09.2021; accepted for publication 07.10.2021.