

Секция «Психология здоровья и психология спорта»

К вопросу об амплуа в стрельбе из лука: психологический аспект

Коробейникова Екатерина Юрьевна

Студент (специалист)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия

E-mail: ekaterinayk@rambler.ru

В настоящее время происходит все большее сближение понятий индивидуальных и командных видов спорта. Так, во многих индивидуальных видах появляются парные и командные дисциплины. Спортивная команда обычно понимается как группа спортсменов, работающих совместно для достижения своих индивидуальных и коллективных целей [3]. При этом, взаимодействие между членами спортивной команды может быть различным, исходя из особенностей спортивных задач.

Одним из примеров вида спорта, где наряду с индивидуальными выступлениями так же проходит командная борьба, является стрельба из лука. Команда состоит из 3 участников соревнований одного пола, выступающих в одной возрастной категории и дивизионе. Специфика проведения командных соревнований в стрельбе из лука предполагает, что спортсмены выходят на линию стрельбы по одному, в результате формируется определенный порядок выхода спортсменов. Команду в стрельбе из лука можно отнести к группе совместно действующих команд, в которых участники действуют последовательно, где каждый участник выступает в одиночку до завершения своей части работы [2]. В связи с тем, что спортсмены на разных позициях выхода находятся в различных ситуациях определенности результата стрельбы, у них могут различаться задачи, которые они выполняют в процессе стрельбы, что в свою очередь отражается на различных требованиях к психологическим качествам спортсменов.

Таким образом, становится актуальным вопрос выделения характеристик амплуа для каждой позиции спортсменов в командной стрельбе, для эффективного формирования и расстановки спортсменов в командах с учетом их индивидуальных особенностей [1].

Наше исследование направлено на выявление качеств, необходимых стрелкам из лука, для успешного выступления в командной стрельбе на том или ином месте по порядку выхода на старт. На данный момент проведено 2 этапа исследования.

В первом этапе был проведен опрос тренеров (N=24), в ходе которого каждый опрошиваемый письменно отвечал на вопросы о том, какие качества, по его мнению, должны быть выражены у спортсменов на разных позициях в командной стрельбе. В результате, из полученных 64 различных утверждений было составлено 28 характеристик, максимально охватывающих все описанные тренерами качества (например, «смелость», «ритмичная стрельба» и т.д.)

Во втором этапе, все респонденты (N=61) распределяли характеристики по пяти категориям: «общие» качества, необходимые всем спортсменам в команде; качества, необходимые для I, II, или III спортсменов в команде, в порядке их выхода на линию стрельбы во время командных соревнований; а также «лишние» качества, которые не являются значимыми при выступлении в команде, или даже могут препятствовать успешному выступлению. На данном этапе, все респонденты были поделены на несколько групп, в зависимости от характера их спортивной деятельности: тренеры (N=13), инструкторы (N=18), спортсмены (N=30). Кроме того, испытуемые из категорий спортсмены и инструкторы, выступающие в командных соревнованиях, так же были разделены на группы, в зависимости от их позиции в порядке выхода на старт в командной стрельбе («первые», «вторые»

или же «третьи» спортсмены).

С помощью контент-анализа подсчитывалось количество выборов наиболее выраженных характеристик по каждой группе. Значимыми считались качества, набравшие более 40% выборов среди конкретной группы в конкретную категорию.

По результатам исследования можно заключить, что основным общим качеством в команде является «Целеустремленность». Выбор именно этого качества, с одной стороны, может говорить о том, что в командной стрельбе необходимо четко осознавать цель, и стремиться к ее достижению. С другой стороны, выделение этого качества может отражать недостаток целеустремленности у спортсменов, который выражается либо в нечеткой постановке целей, либо в неуверенности в способах ее достижения.

Для первых спортсменов, основными качествами были выделены «Лидер-организатор», «Смелость» и «Эмоциональный лидер». Спортсмен, начинающий командную стрельбу, чаще всего выполняет обязанности лидера, причем не только организует процесс командной работы, но и оказывает эмоциональную поддержку остальным, настраивает их на успешную стрельбу. Наличие смелости, среди качеств, важных для первого спортсмена, связано со спецификой условий проведения соревнований. Довольно часто в спортивной практике случаются ситуации, когда команда вынуждена стрелять в непривычных, незнакомых условиях, когда у спортсменов нет четкого представления о том, как окружающая обстановка влияет на полет стрелы. В таком случае, хороший, техничный выстрел первого спортсмена позволяет остальным адекватно оценить ситуацию, и своевременно исправить настройки прицела.

Для вторых спортсменов, важными качествами являются «Уравновешенность» и «Стабильность». При этом, уравновешенность рассматривается как стабильность эмоциональных состояний, тогда как стабильность - характеристика особенностей стрельбы и результатов спортсмена.

Для третьих спортсменов, завершающих командную стрельбу, важными качествами являются «Опыт», «Надежность» и «Быстрая стрельба». Надежность понимается здесь не только как личное отношение «я не подведу команду», но также и общее отношение товарищей к спортсмену «он точно нас не подведет». «Быстрая стрельба» объективно является необходимым качеством для данной позиции, поскольку время, которое отводится последнему спортсмену на выстрел, зависит от его товарищей по команде и не всегда является стабильным и достаточным.

Одним из лишних качеств, по мнению большинства респондентов, является «Высокая самооценка». При этом, практически все испытуемые рассматривали ее в негативном аспекте, скорее даже как завышенную. Исключение данного качества говорит о тенденции занижать собственный уровень самооценки, а также значимость собственных результатов и успехов.

Несмотря на то, что наше исследование все еще продолжается, мы рассчитываем, что полученные данные будут полезны при формировании критериев выявления спортивного амплуа лучников в команде, а также для совершенствования тренировочного процесса при подготовке спортсменов к соревнованиям.

Источники и литература

- 1) Ильин Е.П. Психология спорта. СПб., 2012.
- 2) Кретти Б.Дж. Психология в современном спорте. М., 1978.

- 3) Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. Киев, 1998.