

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТСМЕНОК-ФУТБОЛИСТОК В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИГРОВОГО АМПЛУА

Н.О. Мартусевич, Е.А. Кондратенкова (кафедра анатомии и физиологии человека)

Футбол – это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Растет популярность этого вида спорта и среди женщин. Несмотря на то, что первые женские футбольные матчи прошли еще в начале XX в., женский футбол до сих пор связан с целым рядом стереотипов, которые препятствуют его развитию. Вместе с тем, по свидетельству тренеров, женщины более дисциплинированы, ответственны и сплоченны, а также в большей степени доверяют мнению профессионалов, не проявляя излишней самоуверенности. Отсюда следует, что именно психологический фактор имеет особое значение в женском футболе [3, с. 294].

Для диагностики психофизиологического состояния спортсменов в настоящее время широко используется тестирование сенсомоторных реакций. Последние объективно отражают функциональное состояние ЦНС, что, в свою очередь, позволяет судить о динамике не только психических, но и физиологических процессов [2, с. 121]. Однако данных, характеризующих индивидуальный психофизиологический статус спортсменок-футболисток в зависимости от игрового амплуа, недостаточно.

Известно, что каждому футболисту соответствует определенная позиция на поле. Так как спортсмены выполняют во время игры разные задачи, соответственно, они должны обладать определенным набором психофизиологических качеств, соответствующих игровому амплуа [1, с. 54–55]. В связи с этим целью нашего исследования стало изучение индивидуального психофизиологического профиля спортсменок-футболисток Могилевского футбольного клуба «Надежда».

Методика. Объектом обследования были 10 футболисток 20–22 лет. Работа проводилась с использованием компьютерного комплекса для психофизиологического исследования «НС-Психотест» (фирма «НейроСофт», г. Иваново). Данный комплекс включает в себя психофизиологический тестер и IBM-совместимый персональный компьютер. Исследовались показатели простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР).

Показатели простой зрительно-моторной реакции

№ п/п	Амплуа	Ср. знач. времени реакции, мс	Среднеквадр. отклонение, мс	Коэффициент Уиппла	Уровень функциональных возможностей (УФВ)
1	Полузащитник	267	42,3	0,07	2,9
2	Нападающий	198	36	0,08	3,1
3	Защитник	227	60,1	0,01	3,5
4	Защитник	221	37,4	0,07	3
5	Защитник	245	35,4	0,05	2,9
6	Полузащитник	234	42,5	0,04	3
7	Полузащитник	195	35,6	0,07	3,4
8	Защитник	212	37,9	0,09	3,4
9	Защитник	203	36,5	0,05	2,9
10	Нападающий	191	26,5	0,15	3,9

При анализе данных, полученных по методике «ПЗМР», (таблица) обнаружено, что у испытуемых № 10 (нападающий) и № 7 (полузащитник) среднее время ответной реакции на световой сигнал оказалось наименьшим по сравнению с другими игроками команды. Это указывает на то, что у данных игроков высокая способность к восприятию и обработке информации, что обеспечивает возможность эффективной деятельности в условиях дефицита времени. Кроме того, у этих же игроков оказались наименьшие показатели стандартного отклонения, что свидетельствует о стабильности сенсомоторного реагирования. То есть имеется высокая вероятность того, что эти спортсменки будут демонстрировать качественную игру на протяжении всего матча. Нельзя не отметить тот факт, что у футболисток под номерами 7 и 10 высокие значения УФВ (3.4 и 3.9 соответственно). Этот показатель позволяет судить о способности обследуемого человека формировать адекватную заданию функциональную систему и достаточно длительно ее удерживать. Так, нападающий под № 10, несмотря на то, что провела на поле около 10 минут, продемонстрировала высокие тактико-технические показатели. Например, было осуществлено 2 подбора, 3 точных передачи и участие в игровом эпизоде. Для сравнения: участница под № 5 (среднее время реакции 245 мс – низкий показатель времени простой сенсомоторной реакции) провела на поле около 40 минут, однако результативность игры была в разы хуже, чем у игрока под № 10 – 0 перехватов, 3 передачи, в игровых эпизодах не принимала участие. Игрок № 10 хорошо зарекомендовала себя в игре, что следует взять тренеру на заметку.

При анализе показателя коэффициент точности Уиппла (число ошибок, допущенных при выполнении теста) наилучшие результаты наблюдались у испытуемых № 3 (защитник) и № 6 (полузащитник). Этот показатель свидетельствует о способности обследуемых к качественной обработке информации в игровых условиях, а также указывает на высокую устойчивость внимания. Эти факторы являются одними из основных для игроков данного амплуа. Так игрок под № 3 за время, проведенное на поле, (90 минут) осуществила 8 передач, из которых 6 оказались точными. Игрок под № 6 за время матча также выполнила большое количество передач, значительная часть из которых была точной.

Обобщая вышеизложенное, можно заключить, что изучение индивидуального психофизиологического профиля спортсменок-футболисток позволит минимизировать вероятность ошибки при выборе игрового амплуа, что, в свою очередь, значительно облегчит работу тренера и позволит добиться высоких спортивных результатов, не подорывая физическое и психическое здоровье спортсменок.

Литература

1. Беленко, И. С. Психофизиологические особенности у юных спортсменов игровых видов спорта разного возрастного периода развития и тренированности / И. С. Беленко // Вестник ТГПУ. – 2009. – № 3(81). – С. 54–57.
2. Чарыкова, И. А. Анализ особенностей сенсомоторного реагирования в условиях адаптации к физической активности разной направленности / И. А. Чарыкова, Е. А. Стаценко, Н. А. Парамонова // Медицинский журнал. – Минск, 2009. – № 4. – С. 119–121.
3. Dane, S. Sex and handedness differences in eye-hand visual reaction times in handball players / S. Dane, A. Erzurumluoglu // Int. J. Neurosci. – 2003. – Vol. 113. – P. 923–929.