

упражнения для оценки уровня развития физических качеств легкоатлетов-спринтеров.

4. Предложены практические рекомендации по объемам основных тренировочных средств для бегунов на 100 и 200 м на этапе спортивного совершенствования, а также схема комплексного контроля специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров в годичном цикле тренировки.

1. Юшкевич, Т. П. Тренировка в беге на 100 и 200 м (мужчины) / Т. П. Юшкевич, В. Л. Алешкевич, И. Н. Сорока // Методика тренировки в легкой атлетике : учеб. пособие. – Минск : Полымя, 1994. – С. 75–93.

2. Годик, М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М. А. Годик. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.

3. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

4. Тер-Ованесян, И. А. Подготовка легкоатлета: современный взгляд / И. А. Тер-Ованесян. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 128 с.

5. Озолин, Э. С. Спринтерский бег (Библиотека легкоатлета) / Э. С. Озолин. – М. : Человек, 2010. – 176 с.

6. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – СПб. : Лань, 2005. – 384 с.

7. Иванченко, Е. И. Контроль и учет в спортивной подготовке : пособие / Е. И. Иванченко. – 2-е изд., стереотип. – Минск : БГУФК, 2012. – 60 с.

8. Максименко, Г. Н. Тренировка бегунов на короткие дистанции / Г. Н. Максименко, Б. И. Табачник. – Киев : Здоров'я, 1985. – 125 с.

9. Легкая атлетика : учебник / под общ. ред. Н. Г. Озолина и Д. П. Маркова. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 162 с.

10. Рыбалко, Б. М. Портативная установка для измерения силы различных мышечных групп / Б. М. Рыбалко // Теория и практика физической культуры. – 1966. – № 2. – С. 24–26.

11. Юшкевич, Т. П. Научно-методические основы системы многолетней тренировки в скоростно-силовых видах спорта циклического характера : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Т. П. Юшкевич. – Минск, 1990. – 416 с.

12. Легкая атлетика (бег на короткие дистанции) : программа для специализир. учеб.-спорт. учреждений и училищ олимп. резерва / разработ. А. В. Невдах. – Минск : РУМЦ ФВН, 2009. – 104 с.

Поступила 05.05.2016

ПРОЯВЛЕНИЕ КРЕАТИВНОСТИ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.О. Яковлев, Н.И. Боровская,

Белорусский государственный университет физической культуры

Статья посвящена изучению проблемы значения и особенностей проявления креативности в спортивной деятельности. В ней рассмотрены подходы к пониманию креативности, ее определения, параметры и особенности проявле-

ния в спортивной деятельности. В экспериментальной части ее представлены результаты диагностики параметров креативности (творческой активности личности, гибкости мышления и силы интуиции) у представителей различных видов деятельности (n=132). Проведен тщательный анализ полученных результатов и представлена их интерпретация.

MANIFESTATION OF CREATIVITY IN SPORTS ACTIVITY

The article is devoted to the problem of the value and features of creativity manifestation in sports activity. Approaches to creativity understanding, its definition, parameters, and features of its manifestation in sports activity are considered. Results of creativity parameters diagnostics (creative activity of a personality, thinking flexibility, and power of intuition) in representatives of different types of activities (n=132) are presented in the experimental part. A thorough analysis of the findings has been carried out and their interpretation is presented.

Введение. На современном этапе развития общества интерес к творческому началу личности неуклонно возрастает. Креативность мышления высоко ценится во многих сферах деятельности человека, так как она позволяет «порождать новые идеи, находить оригинальные решения, отклоняться от традиционных схем мышления» [1] и создавать нечто новое на базе уже имеющегося. В свою очередь, «реализация человеком своего творческого потенциала является тем ключом, который может открыть путь к здоровой и продуктивной жизни личности» [2]. Это подтверждал и Л.С. Выготский, говоря, что в случае ограничения деятельности человека одним лишь воспроизведением уже имеющегося, человек был бы существом, обращенным только к своему прошлому, и умел бы приспособиться к будущему только в том случае, если бы оно воспроизводило его прошлое. Поэтому только творческая деятельность человека делает его существом, обращенным к будущему, созидающим и видоизменяющим свое настоящее [3].

Переоценить важность изучения креативности как для единственного человека, так и для всего человечества невозможно. Учитывая особенности спортивной деятельности, естественным является интерес к значимости и влиянию креативности на ее результативность. В настоящее время, когда спортивные результаты с каждым годом становятся все более плотными, важен учет любых факторов, способных оказать на них влияние. Таким образом, выбранная тема исследования, несомненно, является актуальной.

Основная часть. Впервые понятие «креативность» использовал Д. Симпсон в 1922 г. Этим термином он описывал способность человека отказываться от стереотипных способов мышления [1].

С течением времени стремительно увеличивалось количество определений креативности, и уже к 60-м гг., как пишет Т. Тейлор, их было дано порядка 60 [4]. На это указывал и Л.Т. Репуччи: «их число растет день ото дня». К настоящему

времени количество определений креативности сложно оценить. Некоторые исследователи отмечают, что понимание того, что есть креативность, само требует креативного подхода [1].

Т. Тейлор, в своей работе «Различные подходы и определения креативности», для удобства разделил определения на 6 типов [4]. О.В. Буторина в 2003 году также произвела систематизацию подходов к пониманию креативности [5]. М.Г. Романцова и Г.И. Михалевская пишут об «эффективной самостоятельности», подразумевая под этим системное качество, которое является отдельным проявлением креативности [6]. Л. Бинсвангер в своей работе «Бытие – в – мире» говорит о том, что экзистенция (структура существования) преобразуется в креативное свойство субъекта [7]. В свою очередь, А. Маслоу в работе «Мотивация и личность» разделяет креативность на два вида: креативность таланта и самоактуализация. Он также упоминает о том, что креативность самоактуализации распространена гораздо шире и имеет более тесную связь с личностью, проявляясь в повседневной жизни не только в великих и очевидных продуктах творчества, однако и многочисленными другими способами (к примеру, в своеобразном чувстве юмора, склонности что-либо делать творчески) [1]. Дж. Гилфорд, создавший многофакторную модель интеллекта, выделял 16 интеллектуальных способностей, характеризующих креативность, которые впоследствии он сократил до шести [1]. К.А. Торшина, на наш взгляд, удачно сказала, что «креативность, рассматриваемая в различных концепциях, предстает в виде частей головоломки, собрать которую целиком еще никому не удалось» [8].

Обобщая многочисленные варианты понимания креативности можно определить ее как врожденную потребность человека созидать, которая вынуждает его развиваться как личность и как биосоциальное существо [2], а также способность индивида порождать необычные идеи, отходить от традиционных схем мышления, быстро решать проблемные ситуации [9] и вместе с этим находить оригинальные пути решения. Помимо этого креативность характеризуется готовностью к созданию принципиально новых идей, а также вхождением в структуру одаренности как независимый фактор [9]. «Креативность – фундаментальнейшая характеристика человеческой природы, это возможность, данная каждому человеку от рождения» [10].

Виды креативности не менее многообразны, чем само ее определение, вследствие чего многие авторы по-разному систематизировали их. Х. Гарднер на основе семи видов интеллекта (или одаренности) описал общую креативность, переходящую в специальную. При этом описанные виды интеллекта часто сочетаются друг с другом. В спортивной деятельности практически каждый из представленных Х. Гарднером видов интеллекта проявляется в том или ином виде спорта. К примеру, пространственный и логическо-математический интеллект имеет актуальное значение для шахматистов и представителей игровых видов спорта; телесно-кинестетический – в гимнастике, фигурном катании и других сложнокоординационных видах спорта; интерперсональный интеллект

важен для представителей практически любого вида спорта. Говоря о проявлении креативности в спортивной деятельности, прежде всего, следует сказать, что сам спорт является специфической сферой деятельности человека. В спортивной деятельности, как и в любой другой, человек создает себя сам: о нем судят по его действиям, по его активности. Спортивная деятельность определяется как социальная форма двигательной активности, которая совершенствует физическое и психическое развитие человека в соответствии с целями и потребностями спорта [11]. Особенностью спорта является и то, что в отличие от других видов деятельности в нем и объект, и субъект деятельности представлены в лице одного человека – спортсмена. В качестве инструментов для реализации своего творческого потенциала спортсмены используют двигательные умения и навыки, знания техники и элементов упражнений, способность к саморегуляции, чувство ритма и т. д.

На настоящий момент большинство исследователей креативности в качестве инструмента исследования применяют тест Е. Торренса, измеряющий четыре показателя креативности: беглость, гибкость, оригинальность и разработанность. Иную точку зрения имеют В.Г. Каменская и И.Е. Мельникова, говоря, что в основе креативности лежит наблюдательность, то есть способность к дифференцированному и точному восприятию [12]. Многие авторы также выделяют способность к преобразованию как часть креативности. Стоит упомянуть и об интуиции, которая имеет тесную связь с проявлением креативности и описывается как «отыскание, часто практически моментальное, решения задачи при недостаточности логических оснований; знание, возникающее без осознания путей и условий его получения – как результат «непосредственного усмотрения» [9].

Для решения задачи о проявлении креативности у представителей различных видов деятельности было организовано исследование с помощью метода поперечных срезов, в котором приняли участие 132 человека. Они были разделены на группы, условно названные «Спорт», «Арт» и «Иные». Количество исследуемых в каждой группе составило 44 человека. Группы включали в себя представителей обоих полов от 18 до 30 лет. Средний возрастной показатель находился на уровне 20 лет. В группу «Спорт» вошли представители легкой атлетики, пулевой стрельбы, баскетбола, гимнастики, гандбола, футбола, гребли, парусного спорта, биатлона, лыжных гонок. Представители группы «Арт» имели творческую направленность: актеры, кинорежиссеры, дизайнеры, художники, искусствоведы. Группа «Иные» включала в себя представителей туризма и гостеприимства (логистика в туристической индустрии, сервис питания туристов, сервис размещения, экскурсионно-сопроводительный сервис).

Для исследования креативности из эмпирических методов были выбраны: опросник «Определение творческой активности личности» (М.М. Кашапов, О.Н. Ракитская) (сокращенно ТАЛ); методика А.С. Ланчинса «Гибкость мышления» (сокращенно ГМ); тест «Сила Интуиции» (сокращенно Интуиция) [1].

Для количественного анализа полученных данных использовались методы математической статистики: корреляционного анализа, частотного анализа, непараметрического статистического U-критерия Манна-Уитни и сравнительного анализа полученных результатов. Данные были обработаны при помощи MSExcel и программы Statistica.

Для удобства анализа и сравнения полученных результатов ответы тестов «Интуиция» и «Гибкость мышления» были переведены в 10-балльную шкалу.

В таблице 1 указаны результаты частотного анализа полученных по трем методикам данных. В группе «Спорт» выделены подгруппы тех видов спорта, представители которых оказались в большинстве.

Полученные результаты указывают на приблизительно равный уровень проявления творческой активности в группах «Арт» и «Спорт». Более высокие значения проявления интуиции определены у представителей группы «Арт». Приблизительно равные показатели получены по «гибкости мышления» во всех группах, что говорит о преобладании проявления пластичности мышления, способности к быстрому переключению между видами активности и оперативностью реагирования на изменяющиеся условия ситуации.

Таблица 1. – Результаты частотного анализа ответов в баллах

Группы	ТАЛ			ИНТУИЦИЯ				ГМ	
	1–3	4–7	8–10	1	3	6	10	1–4	5–10
«Спорт»	5	30	9	-	21	22	1	9	35
<i>баскетбол</i>	2	8	1	-	7	4	-	2	9
<i>легкая атлетика</i>	-	6	1	-	3	3	1	-	7
<i>пулевая стрельба</i>	1	4	2	-	2	5	-	3	4
«Иные»	19	21	4	-	27	17	-	2	42
«Арт»	2	33	9	-	12	27	5	5	39

По результатам статистического анализа полученных результатов с применением непараметрического статистического U-критерия Манна-Уитни (таблица 2) можно сделать следующие выводы.

Таблица 2. – Результаты статистического анализа параметров креативности по U-критерию Манну-Уитни

Группы	Тал, Уэмп	Ур. Знач.	Интуиция, Уэмп	Ур. Знач.	ГМ, Уэмп	Ур. Знач.
«Спорт»+«Иные»	451,5	p<0,01	827,5	p>0,05	665	p<0,01
«Спорт»+«Арт»	909,5	p>0,05	728,5	p<0,05	661,5	p<0,01
«Иные»+«Арт»	399,5	p<0,01	595,5	p<0,01	929,5	p>0,05

Различия между группами спортсменов и «Иными» по творческой активности личности являются статистически достоверными ($U=451,5$, $p<0,01$). Это говорит о том, что спортсмены способны более инициативно и самостоятельно ставить задачи, переносить знания, навыки и умения из одной области в другую, являются более оригинальными, чем подгруппа «Иные». При этом различия между группами «Иные» и «Арт» также являются статистически значимыми – представители группы «Арт» являются более творчески активными, чем «Иные» ($U=399,5$, $p<0,01$). Таким образом, группа «Иные» имеет самые низкие показатели по творческой активности. В то же время сильных различий по данному показателю между группами спортсменов и «Арт» не было выявлено – это означает, что их творческая активность располагается на приблизительно одинаковом уровне.

В таблице 3 приведены данные, отражающие средние значения параметров креативности по трем методикам в группах «Спорт», «Иные» и «Арт».

Таблица 3. – Результаты сравнения средних параметров креативности, баллы

Группы	Среднее по ТАЛ	Среднее по силе интуиции	Среднее по ГМ	Среднее по показателю креативности
«Спорт»	5,98	4,66	5,32	5,32
«Иные»	3,84	4,16	5,86	4,62
«Арт»	6,20	5,64	5,95	5,93

По среднему значению «Творческая активность» высокие показатели имеет группа «Арт» (6,20) и «Спорт» (5,98), что говорит о высоком проявлении творческой активности в сравнении с группой «Иные», где данный показатель имеет низкий результат.

Среднее значение «Силы интуиции» сильнее выражено у представителей группы «Арт» (5,64), чем в группах «Спорт» (4,66) и «Иные» (4,16), которые имеют практически равное значение. По имеющимся данным можно сказать, что в группе «Арт» интуиция имеет преобладающее значение в принятии решений и проблемных ситуациях. В то же время в группах «Спорт» и «Иные» интуиция выражена меньше, что показывает их уклон в сторону рационализации, анализа и синтеза.

Сравнение групп по среднему значению «Гибкости мышления» выявило незначительные различия в полученных результатах. Из трех групп наибольшее среднее значение имеют группы «Арт» (5,95) и «Спорт» (5,32), что позволяет сделать вывод о преобладании пластичности мышления.

Также было проведено сравнение между группами по суммарным средним показателям по трем методикам, что позволило провести анализ результатов по показателю креативности. Наибольшее значение имеет группа «Арт» (5,93), затем идут группы «Спорт» (5,32) и «Иные» (4,62).

В ходе анализа результатов мы также провели сравнение внутри группы «Спорт» по разрядам (таблица 4).

Различия между группами спортсменов и «Иными» по творческой активности личности являются статистически достоверными ($U=451,5$, $p<0,01$). Это говорит о том, что спортсмены способны более инициативно и самостоятельно ставить задачи, переносить знания, навыки и умения из одной области в другую, являются более оригинальными, чем подгруппа «Иные». При этом различия между группами «Иные» и «Арт» также являются статистически значимыми – представители группы «Арт» являются более творчески активными, чем «Иные» ($U=399,5$, $p<0,01$). Таким образом, группа «Иные» имеет самые низкие показатели по творческой активности. В то же время сильных различий по данному показателю между группами спортсменов и «Арт» не было выявлено – это означает, что их творческая активность располагается на приблизительно одинаковом уровне.

В таблице 3 приведены данные, отражающие средние значения параметров креативности по трем методикам в группах «Спорт», «Иные» и «Арт».

Таблица 3. – Результаты сравнения средних параметров креативности, баллы

Группы	Среднее по ТАЛ	Среднее по силе интуиции	Среднее по ГМ	Среднее по показателю креативности
«Спорт»	5,98	4,66	5,32	5,32
«Иные»	3,84	4,16	5,86	4,62
«Арт»	6,20	5,64	5,95	5,93

По среднему значению «Творческая активность» высокие показатели имеет группа «Арт» (6,20) и «Спорт» (5,98), что говорит о высоком проявлении творческой активности в сравнении с группой «Иные», где данный показатель имеет низкий результат.

Среднее значение «Силы интуиции» сильнее выражено у представителей группы «Арт» (5,64), чем в группах «Спорт» (4,66) и «Иные» (4,16), которые имеют практически равное значение. По имеющимся данным можно сказать, что в группе «Арт» интуиция имеет преобладающее значение в принятии решений и проблемных ситуациях. В то же время в группах «Спорт» и «Иные» интуиция выражена меньше, что показывает их уклон в сторону рационализации, анализа и синтеза.

Сравнение групп по среднему значению «Гибкости мышления» выявило незначительные различия в полученных результатах. Из трех групп наибольшее среднее значение имеют группы «Арт» (5,95) и «Спорт» (5,32), что позволяет сделать вывод о преобладании пластичности мышления.

Также было проведено сравнение между группами по суммарным средним показателям по трем методикам, что позволило провести анализ результатов по показателю креативности. Наибольшее значение имеет группа «Арт» (5,93), затем идут группы «Спорт» (5,32) и «Иные» (4,62).

В ходе анализа результатов мы также провели сравнение внутри группы «Спорт» по разрядам (таблица 4).

Таблица 6. – Результаты корреляционного анализа параметров креативности в группе «Спорт»

Параметры	ТАЛ (оценка)	Интуиция (оценка)	ГМ (оценка)	Показатель креативности
ТАЛ (оценка)	1			
Интуиция (оценка)	0,146	1		
ГМ (оценка)	-0,03	0,01	1	
Показатель креативности	0,68	0,69	0,41	1

Таким образом, проявление креативности в активности человека занимает важное место, так как она напрямую связана с успешностью в той деятельности, которая требует развития, как самого человека, так и его продуктивности. Поэтому изучение креативности как врожденной социальной потребности творить актуально и в области спортивной деятельности.

Выделенные нами параметры креативности «творческая активность личности», «сила интуиции» и «гибкость мышления» могут быть использованы как определяющие параметры показателя креативности, подтверждением этому служит проведенный корреляционный анализ.

Заключение. В ходе проведенного исследования гипотеза о том, что разные виды деятельности требуют разного уровня креативности, а успешность в спортивной деятельности требует достаточно развитой креативности, подтвердилась.

При сравнении результатов группы «Спорт» было выявлено, что спортсмены с разрядом МС имеют более высокий показатель креативности в отличие от представителей более низких разрядов, что указывает на прямое влияние развития уровня креативности на успешность в спортивной деятельности.

При сравнении данных по половому признаку особых различий не было выявлено, из чего можно предположить, что половая принадлежность не влияет как на выделенные параметры, так и на общий уровень креативности, а значит, равноценна в своем проявлении у обоих полов.

Результаты проведенного исследования могут являться основанием для дальнейшего развития темы о проявлении креативности у спортсменов.

1. Ильин, Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2012. – 448 с.

2. Яковлев, А. О. Развитие креативности: теоретический аспект / А. О. Яковлев // Поддержка одаренности – развитие креативности : материалы Междунар. конгр. ВГУ им. П. М. Машерова, Витебск, 22–27 сент. 2014 г. / Вит. гос. ун-т ; редкол. : И. М. Прищепа (гл. ред.), О. Грауманн, М. Н. Певзнер. – Витебск : ВГУ им. П. М. Машерова, 2014. – Т. 2. – С. 29–33.

3. Выготский, Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. Психологические очерк / Л. С. Выготский. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 1991. – 93 с.

4. Taylor, C. W. Various approaches to and definitions of creativity / C. W. Taylor // The nature of creativity ; R. Sternberg, T. Tardif (eds.) – Cambridge : Cambridge University Press. – 1988. – P. 99–126.

5. Буторина, О. В. Кросскультурное исследование креативности в управленческом потенциале руководителя / О. В. Буторина // Психология XXI века : материалы Междунар. науч.-практ. конф. студентов и аспирантов. – СПб., 2003. – С. 276–278.
6. Романцов, М. Г. Креативный фактор и привлекательность избранной студентами специальности / М. Г. Романцов, Г. И. Михалевская // Ананьевские чтения – 2001 : тез. науч.-практ. конф. – СПб., 2001. – С. 185–186.
7. Холл, С. К. Теория личности / С. К. Холл, Г. Линдсей ; пер. с англ. И. Б. Гриншпун. – 2-е изд. – М. : Психотерапия, 2008. – 672 с.
8. Торшина, К. А. Современные исследования проблемы креативности в зарубежной психологии / К. А. Торшина // Вопросы психологии. – 1998. – № 4. – С. 123–132.
9. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – Минск : Харвест, 1998. – 800 с.
10. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2006. – 352 с.
11. Драндров, Г. Л. Характеристика физической и спортивной культуры личности / Г. Л. Драндров, В. А. Бурцев, Е. В. Бурцева [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.studopedia.ru/4119313harakteristika-fizicheskoy=i-sportivnoy-lichnosti.html>. – Дата доступа : 20.06.2016.
12. Каменская, В. Г. Психология развития: общие и специальные вопросы / В. Г. Каменская, И. Е. Мельникова. – СПб. : Детство-Пресс, 2008. – 367 с.

Поступила 23.06.2016