

*Мельник Е.В.,
Боровская Н.И.,
Цагельникова А.А.*

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

**ОЦЕНКА УРОВНЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ЛАБИЛЬНОСТИ
ТЕННИСИСТОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА
КАК СПОРТИВНО-ВАЖНОГО ПСИХИЧЕСКОГО КАЧЕСТВА**

*Melnik E.V.,
Borovskaya N.I.,
Tscagelnikova A.A.*

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

**ASSESSMENT OF THE LEVEL OF INTELLECTUAL LABILITY TENNIS
PLAYERS OF TEENAGE AGE AS SPORTS
AND IMPORTANT MENTAL QUALITY**

ABSTRACT. In article is considered a possibility of use of level of intellectual lability of tennis players of teenage age for forecasting of their success in training in technical and tactical actions. Results of a research of intellectual lability of 24 tennis players of teenage age by Intellectual Lability test are given.

KEYWORDS: intellectual lability; sport is an important mental quality; teenagers; tennis.

АННОТАЦИЯ. В статье рассматривается возможность использования уровня интеллектуальной лабильности теннисистов подросткового возраста для прогнозирования их успешности в обучении технико-тактическим действиям. Приведены результаты исследования интеллектуальной лабильности 24 теннисистов подросткового возраста с помощью теста «Интеллектуальная лабильность».

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: интеллектуальная лабильность; подростки; спортивно-важное психическое качество; теннис.

В специальной литературе психологической подготовке в игровых видах спорта уделяется достаточно большое внимание. Важнейшим фактором успешности игровой деятельности в теории и практике спорта и спортивной психологии, признается умение спортсмена быстро находить оптимальные решения в постоянно меняющихся ситуациях [1; 2; 3; 4]. Психическая работа мозга человека полностью зависит от уровня интеллекта, который содержит в себе способности к познанию, логике, анализу информации [5; 6; 7].

Спортивные игры в соответствии с классификацией Ю.И. Портных по признаку взаимоотношений между участниками в зависимости от цели игры, к достижению которой они стремятся, делятся на две большие группы: командные и индивидуальные [1]. Для исследования был выбран такой индивидуальный вид спортивных игр,

как теннис (одиночный разряд), который характеризуется опосредованным через мяч контактом с соперником и противоборством между двумя участниками. С ростом спортивного мастерства игра в теннис усложняется, и уровень ее возрастает. Противоборство соперников в теннисе носит многофакторный характер и отличается высоким уровнем психической и физической напряженности. Соперники стремятся захватить инициативу, ввести друг друга в заблуждение относительно своих планов, замаскировать истинные намерения и одновременно прогнозировать замыслы противной стороны [2].

В практике спорта существует постоянная потребность в обновлении средств и методов оперативной диагностики и коррекции соответствующих психических и психомоторных характеристик, что в итоге должно привести к целенаправленному формированию компонентов психологической подготовленности спортсменов на различных этапах становления спортивного мастерства. Для управления психологической подготовкой значимым является учет возрастных особенностей спортсменов [8].

Положением о правилах организации и порядке проведения турниров, входящих в календарь республиканского общественного объединения «Белорусская теннисная федерация», предусмотрено участие спортсменов в следующих возрастных категориях: до 8 лет; до 8–9 лет; до 9–10 лет; до 12 лет; до 14 лет; до 16 лет; до 18 лет; старше 18 лет (взрослые). За участие в турнирах, начиная с возрастной категории до 12 лет, игрокам начисляются очки в национальный рейтинг.

В подростковом возрасте 12–14 лет наблюдается сложная структура развития физических, психомоторных и интеллектуальных качеств, периоды повышения одной функции совмещаются со стабилизацией или даже понижением других. Это связано с гетерохронностью и кумулятивностью развития этих качеств в зависимости от их приспособительного значения на определенном этапе онтогенеза. Установленные закономерности изменения активности физического и психического развития позволяют выделить этот возраст как «определяющий» в плане становления технико-тактического мастерства спортсменов (Г.Д. Бабушкин, Г.Б. Горская, Т.П. Королева, Л.Н. Рогалева, Н.Б. Стамбулова и др.) [8].

Психологическая подготовка спортсменов обусловлена возрастными особенностями физического и психического развития, кризисом и психическими новообразованиями, а также спецификой детско-юношеского спорта. Ее содержание должно основываться на анализе тренировочного и соревновательного процессов, знаниях механизмов регуляции деятельности, а также учете особенностей развития и проявления психики спортсменов подросткового возраста. Физическое развитие спортсменов данного возраста характеризуется завершением полового созревания и роста тела в длину, увеличением веса, а также гармонизацией диспропорций, возникших в развитии различных систем организма. Все эти изменения создают основу для совершенствования таких физических качеств, как координация, выносливость, сила, скоростно-силовые качества. В связи с этим *спортсмены-теннисисты возрастных категорий до 12, до 14 и до 16 лет представляют особый интерес.*

Актуальность темы обусловлена необходимостью обеспечения высокого уровня развития компонентов психомоторной и когнитивной сфер личности спортсменов, достигаемых посредством специально разработанных программ по психологическо-

му обеспечению тренировочного процесса, учитывающих специфику вида спорта и особенности подросткового возраста.

Целью исследования выступило изучение уровня интеллектуальной лабильности теннисистов подросткового возраста для прогнозирования их успешности в обучении технико-тактическим действиям.

Исследование проводилось на базе теннисной академии Avante Club и клуба «ФОКс Теннис». Выборку испытуемых составили 24 теннисиста в возрасте от 12 до 14 лет – 10 девушек и 14 юношей. Был проведен анализ рейтинга БТФ по четырем категориям: юноши (девушки) 14 лет и младше и юноши (девушки) 12 лет и младше.

Спортсменам предлагалось 40 несложных заданий теста «Интеллектуальная лабильность» (модификация С.Н. Костроминой), которые необходимо выполнить в ограниченный отрезок времени, от 3 до 5 секунд. Ответы фиксировались на специальном бланке, который выдавался каждому испытуемому. Оценка производилась по количеству ошибок, к которым относились любые пропущенные, невыполненные или выполненные неправильно задания. При обработке результатов тестирования также проводился качественный анализ допущенных ошибок.

В целом по выборке у 50 % спортсменов отмечен высокий уровень интеллектуальной лабильности (от 0 до 9 ошибок), у 25 % – средний (от 10 до 15 ошибок) и еще у 25 % – низкий (16 ошибок и больше).

Интеллектуальная лабильность рассматривается как биологический детерминированный процесс, который зависит от нейрофизиологических особенностей строения коры головного мозга. На уровень интеллектуальной лабильности воздействует скорость возбуждения и торможения в нейронах, степень уравновешенности данных процессов, а влияние обучения и практики незначительно. Чем выше показатель лабильности у спортсмена, тем мозг будет быстрее реагировать на полученную информацию и производить координирование психомоторных реакций. Уровень лабильности является показателем определения скорости и точности восприятия, а также обработки получаемой информации.

Достоверно значимых различий в показателе интеллектуальной лабильности между юношами и девушками не обнаружено ($11,70 \pm 1,22$ ошибок и $11,43 \pm 1,83$ ошибок соответственно, при $p > 0,05$). При этом у девушек отмечен меньший разброс в количестве ошибок – от 6 до 19 по сравнению с юношами, среди которых встречается теннисист с самым высоким показателем интеллектуальной лабильности (4 ошибки) и самой низкой (25 ошибок). Однако на показателе рейтинга БТФ это не отражается, несмотря на значимые различия между юношами и девушками ($33,35 \pm 3,01$ и $57,5 \pm 7,80$). Отсутствие взаимосвязи показателей лабильности с рейтингом может быть обусловлено динамическим характером рейтинга, а также тем, что много спортсменов (12 из 17 человек) только недавно перешли в другую возрастную категорию.

Качественный анализ ошибок показал потерю концентрации внимания в середине работы, а при выполнении задания, которое вызвало затруднение, уменьшение пластичности при переходе к следующему. В итоге большинство теннисистов при наличии одной ошибки допускали уже целую их серию, так как мозг продолжал анализировать предыдущее задание. Эта же проблема отмечается и в игре: при проигрыше одного мяча теннисисты не могут «перезагрузиться» и начать новый розыгрыш с чистого листа.

Интеллектуальная лабильность является одной из разновидностей лабильности, включает в себя способность мгновенного переключения внимания, а также быстрого и безошибочного перехода от решения одной задачи к другой. У спортсменов с высоким уровнем интеллектуальной лабильности имеются способности к качественному и адекватному реагированию на изменение обстоятельств, к приобретению новых и полезных навыков, а также к принятию нестандартных решений.

В подготовке спортсменов большое внимание должно уделяться системе психолого-педагогических воздействий, применяемых с целью совершенствования психических качеств и состояний, необходимых для успешного выступления на соревнованиях. Интеллектуальная лабильность, т. е. способность переключения внимания, умения быстро переходить с решения одних задач к другим, не допуская при этом ошибок, требует от спортсмена высокой концентрации внимания и быстроты действий. Все это позволяет рассматривать показатель интеллектуальной лабильности как спортивно-важное качество теннисиста.

1. Серова, Л. К. Психология отбора в спортивных играх / Л. К. Серова. – М.: Спорт, 2019. – 240 с.

2. Хозина, С. Р. Формирование структурных компонентов рефлексивного мышления теннисистов в учебно-тренировочном процессе / С. Р. Хозина, А. В. Воцинин // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 3 (145). – С. 307–311.

3. Бабушкин, Г. Д. Рефлексия и рефлексивность в структуре спортивной деятельности / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин // Научное обозрение. Реферативный журнал. – 2016. – № 6. – С. 80–82.

4. Коррекция когнитивных ошибок у спортсменов высокой квалификации / Д. Н. Волков [и др.] // Спортивный психолог. – 2013. – № 1 (28). – С. 32–38.

5. Лобанов, А. П. Интеллект и ментальные репрезентации: образовательный подход / А. П. Лобанов. – Минск: БГПУ, 2010. – 288 с.

6. Когнитивная сфера спортсмена (теория и практика) / А. Ю. Гиринская [и др.]. – Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2018. – 80 с.

7. Портнягин, И. И. Воспитание интеллектуально развитой личности / И. И. Портнягин. – Якутск: СВФУ, 2010. – 168 с.

8. Сивицкий, В. Г. Мониторинг психологической подготовленности спортсменов на основе использования комплексных компьютерных программ / В. Г. Сивицкий, Е. В. Мельник, Е. В. Силич // Информационно-аналитический бюллетень. Вып. 19. Результаты выполнения заданий государственных программ развития физической культуры и спорта, инновационных проектов БГУФК. – Минск: БГУФК, 2014. – С. 277–303.