

8. Dmitriev, G.G., Endaltsev, B.V., and Kerimov Sh.A. (2012), “Physical training of military personnel of the armies of the leading countries of the world to perform tasks in unusual conditions”, *Actual problems of physical and special training of power structures*, No. 3, pp. 42–47.
9. Dmitriev, G.G. and Islamov, V.A. (2014), “Formation of adaptation to survival in extreme conditions of activity among the military personnel of the airborne troops”, *Theory and practice of physical culture*, No. 9, pp. 35–37.
10. Endaltsev, B.V. and Malashenko, S.A. (2014), “Improving adaptive capabilities is the main direction of physical training of military specialists”, *Theory and practice of physical culture*, No.9, pp. 22–24.
11. Endaltsev, B.V. (2014), “Modern scientific foundations of a person's physical readiness for labor activity and its effective improvement”, *Actual problems of physical and special training of power structures*, No.2, pp. 74–80.
12. Ivanov, B.A. (2019), “Features of the physical training of military personnel in the Far North and the Arctic at the present stage”, *Science Club: Results of performances for 2018*, St. Petersburg, pp. 48–51.
13. Ivanov, B.A. and Shestov, A.V. (2018), “To the problem of the motor activity of military personnel in the conditions of the Far North and the Arctic”, *Actual problems of physical and special training of power structures*, No.1, pp. 64–68.
14. Islamov, V.A., Dmitriev, G.G., Bogza, K.A., and Tsygankov R.A. (2016), “Laws of adaptation of military personnel to extreme conditions of the natural environment”, *Theory and practice of physical culture*, No. 2, pp. 59–60.
15. Kozikov, Ya.S., Fedyuk, N.S., Klimova, E.V., Mazenkov, A.A. and Tihonchuk, A.A. (2020), “Value potential of physical culture in the system of higher education”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 184, No. 6, pp. 147–151.
16. Korolyov, V.I. and Piskun, O.E. (2016), “The role of physical culture in the adaptation of foreign students to the cold climate”, *Health is the basis of human potential: problems and ways to solve them: article in the journal materials of the conference*, St. Petersburg, pp. 317–323.
17. Kuznetsov, I.A. (2014), “The physical condition of the body of military personnel and the role of physical exercises in its improvement”, *Theory and practice of physical culture*, No.9, pp. 38–40.
18. Tatarin, A.I., Zakharchuk, E.A. and Loginov, V.G. (2015), “The modern paradigm of the development and development of the Arctic zone of the Russian Federation”, *Arctic: ecology and economics*, Vol. 18, No.2, pp. 4–13.

Контактная информация: glincikovan@gmail.com

Статья поступила в редакцию 01.07.2021

УДК 796.015.82

ВЛИЯНИЕ ТЕМПЕРАМЕНТА НА ВЫБОР СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В СПОРТЕ

Сергей Михайлович Струганов, кандидат педагогических наук, доцент, Дмитрий Анатольевич Гаврилов, преподаватель, Восточно-Сибирский институт МВД России, г. Иркутск; Алексей Николаевич Пахомов, заместитель начальника кафедры огневой и физической подготовки, Волгодонский филиал Ростовского юридического института МВД России; Анатолий Васильевич Малыгин, кандидат технических наук, доцент, Иркутский национальный исследовательский технический университет

Аннотация

В статье поднимается актуальная проблема, которая связана со спортивной ориентацией спортсменов на основании их типа темперамента. Знание объективных показателей, на которые часто опираются тренеры, не всегда показывает полную картину функциональной и физической подготовленности спортсмена, т.к. они не учитывают такие субъективные показатели как психическое и психологическое их состояние при экстремальных и стрессовых физических нагрузках в процессе спортивной борьбы на соревнованиях. Поэтому в представленной статье показаны результаты научного исследования, которое основано на анализе ответов по опроснику В.М. Руслова для определения темперамента человека. В исследовании, на примере спортсменов, занимающимися легкой

атлетикой, показано как тип темперамента зависит и влияет на выбор специализации в спорте.

Ключевые слова: педагогический отбор, спортивная специализация, субъективные показатели, объективные показатели, темперамент, психические качества, психологические качества, спортивный результат.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p354-358

INFLUENCE OF TEMPERAMENT ON THE CHOICE OF SPECIALIZATION IN SPORTS

Sergey Mikhailovich Struganov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Edward Vadimovich Yakushev, the teacher, East-Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Irkutsk; Alexey Nikolaevich Pakhomov, the Deputy Head of the Department of Fire and Physical Training, Volgodonsk Branch of the Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Rostov Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia; Anatoly Vasilyevich Malykhin, the candidate of technical sciences, senior lecturer, Irkutsk National Research Technical University

Abstract

The article raises the actual problem that is associated with the sports orientation of athletes based on their type of temperament. Knowledge of objective indicators, which are often used by coaches, does not always show the complete picture of the functional and physical fitness of the athlete, because they do not take into account such subjective indicators as their mental and psychological state during extreme and stressful physical exertion in the process of wrestling at competitions. Therefore, the presented article shows the results of a scientific study based on the analysis of the answers to the questionnaire of V.M. Ruslov to determine the temperament of a person. The study, using the example of athletes engaged in athletics, shows how the type of temperament depends on and affects the choice of specialization in sports.

Keywords: pedagogical selection, sports specialization, subjective indicators, objective indicators, temperament, mental qualities, psychological qualities, sports result.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования определяется важностью учета психических особенностей личности спортсмена на этапе спортивной ориентации в легкой атлетике. Легкая атлетика в системе физического воспитания по праву занимает ключевое место и не случайно её принято называть королевой всех видов спорта, так как она включает в себя, различные дисциплины: от ходьбы и бега, до прыжков и метаний, и их сочетание, которые представлены в легкоатлетическом многоборье.

Виды легкоатлетических физических упражнений применяются непосредственно в плавании, лыжных гонках, спортивных единоборствах, так как их применение обеспечивает эффективное построение педагогического процесса и учебно-тренировочной деятельности. На начальном этапе подготовки, педагогического отбора и выбора специализации трудно осуществить выбор дисциплины в легкой атлетике, которая в дальнейшем обеспечит высокий спортивный результат.

По мнению ученых (Ю. Б. Гиппенрейтер, 2002; К.М. Мордовцева, 1998) выбор вида легкой атлетики основывается в первую очередь на оценке объективных показателей, к которым относят: морфофункциональные качества (антропометрические данные и биологический возраст); уровень развития физических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость); функциональные показатели организма (сердечно-сосудистая, дыхательная, эндокринная системы и др.). Ко второй очереди относят субъективные показатели, которые показывают уровень морально-волевых (психических) качеств занимающихся, а также социальные и генетические факторы [2].

Из этого следует, что многие тренеры и спортсмены в процессе спортивной ориентации не учитывают субъективные показатели, а основываются в основном только на

объективных. Они не принимают во внимание психологические и психические качества занимающегося, которые часто возникают в экстремальных и стрессовых ситуациях спортивной борьбы, играют большую роль на состоянии организма спортсмена и в итоге влияют на конечный результат во многих видах спорта [4].

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для подтверждения нашей гипотезы, о большой роли психологических и психических качеств в спортивной специализации, мы решили провести исследование о значении типа темперамента в спорте. В проводимом исследовании приняли участие 56 спортсменов занимающиеся легкой атлетикой на базе областной Школы высшего спортивного мастерства г. Иркутска. Перед началом исследования все испытуемые заполнили предварительную анкету, с указанием своего возраста, спортивной квалификации и избранного вида спорта. На втором этапе все респонденты прошли анкетирование с использованием опросника В.М. Руслова для определения структуры темперамента. Опросник состоял из 105 вопросов, на которые необходимо было дать простые ответы «да» или «нет», с целью диагностики свойств «предметно-деятельностного» и «коммуникативного» аспектов темперамента личности.

Данная методика позволяет количественно оценить свойства человека, его энергичность, пластичность, темп и эмоциональность. На основе соотношения уровней выраженности перечисленных свойств определяется к какому типу темперамента относится респондент (холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На основании проведенного исследования мы определили, что спортивная деятельность протекает в сложных, экстремальных условиях, которая способствует выявлению предельных возможностей человеческого организма в условиях зависимости эффективности деятельности спортсмена от индивидуальных свойств его нервной системы, т.е. темперамента.

Отсюда можно предположить, что особенности протекания различных психических процессов напрямую зависят от типа высшей нервной деятельности, т.е. совокупности врождённых и приобретённых свойств нервной системы. Данные свойства определяют характер взаимодействия организма с окружающей средой и находят своё отражение во всех функциях организма: сила процессов возбуждения и торможения; уравновешенность; степень их соответствия, способность быстро и легко сменять друг друга [1].

В ходе анализа полученных данных, на основании опросника, нами было определено, что основная часть респондентов, 53% относится к типу темперамента сангвиник, 28% – к холерикам, 11% – к флегматикам и 8% – меланхоликам.

Анализируя каждую группу респондентов отдельно по типу темперамента, была определена следующая закономерность, где 80% процентов флегматиков выступают в беге на длинные дистанции, 10% – на короткие и средние дистанции, 5% – тренируются в видах спорта связанных с метанием и толканием, 3% – в прыжковых видах легкой атлетики. Среди респондентов, относящихся к сангвиникам, выявлено, что среди них 35% выступают в беге на средние и длинные дистанции, 25% отдают свое предпочтение прыжковым видам, 23% – в беге на длинные и сверхдлинные дистанции и 17% выявленных сангвиников предпочитают дисциплины связанные с метанием.

Также в ходе исследования выяснилось, что большинство холериков отдают свое предпочтение ациклическим дисциплинам, нежели циклическим. Из 28 респондентов относящихся к типу темперамента холериков, 12 предпочитают толкатели ядра или метание молота, копьё или диска, 8 – выступают в прыжковых дисциплинах, 2 – в беге на средние и короткие дистанции и только 1 человек выступает в беге на длинные дистанции.

Среди испытуемых с типом темперамента меланхолика, при анализе опросника нам не удалось определить доминирующее преобладание в какой-нибудь из спортивных дисциплин легкой атлетики.

ВЫВОДЫ

На основании проведенных исследований было определено, что большинство флегматиков отдают предпочтение циклическим видам спорта. Это объясняется более инертной центральной нервной системой, где процессы возбуждения и торможения у людей с этим типом темперамента сильные и уравновешенные, но малоподвижные. Такое строение нервной системы, обуславливает особенности формирования двигательных навыков и вработывания функциональных систем организма при выполнении физической нагрузки. Двигательные навыки у флегматиков вырабатываются медленно, но хорошо доводятся до совершенства, и поддерживаются на высоком уровне продолжительный период времени. В силу малоподвижности нервных процессов их двигательные действия сложно перестраиваются, что отражается на предрасположенности к циклическим видам спорта, беговым дисциплинам легкой атлетики. 63% представителей данного типа темперамента имеют спортивный разряд кандидата в мастера спорта именно в беге на средние и длинные дистанции [3].

Среди сангвиников не выявилось значительного преобладания к какой-либо конкретной специализации, они одинаково чувствуют себя и успешно выступают как в циклических, так и ациклических видах легкой атлетики. С физиологической точки зрения это объясняется тем, что процессы возбуждения и торможения сангвиников уравновешенные, подвижные и сильные, у них быстро формируются двигательные навыки и доводятся до автоматизма.

У спортсменов холериков выраженная «взрывная» нервная система, в которой процессы возбуждения значительно преобладают над процессами торможения. Для них свойственны ациклические виды легкой атлетики, где требуется приложения однократного мощного усилия (толкание ядра, метание молота, прыжки в длину и в высоту и т.д.).

Представители с темпераментом меланхолика не отдают предпочтения конкретной дисциплине. Они мало мотивированы, и крайне не стрессоустойчивы, поэтому мало кто из них имеет спортивный разряд или звание. Часто меланхолики показывают свои лучшие результаты на тренировках, т.к. на соревнованиях во время спортивной борьбы они не могут собраться и показать свои морально-волевые качества.

На основании выше изложенного следует, что тип нервной системы одновременно с индивидуальными качествами личности является важным показателем в выборе спортивной ориентации не только в видах легкой атлетики, но и других видах спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аверина Л.Ю. Влияние типов темперамента на специальную физическую подготовленность и спортивный результат ориентировщиков 12-13 лет / Л.Ю. Аверина, В.С. Газарянц, Э.С. Григорян // *Современные тенденции развития науки и технологий.* – 2016. – № 6-4. – С. 111–114.
2. Белякова А.С. Специфика психомоторной подготовки начинающих легкоатлетов с разным морфотипологическим статусом : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Белякова Александра Сергеевна. – Красноярск, 2021. – 24 с.
3. Мокеева Л.А. Влияние темперамента на выбор видов спорта / Л.А. Мокеева, Ю.О. Шилова // *Olympus.* Гуманитарная версия. – 2015. – № 1. — С. 30–33.
4. Шогенов Р.Х. Роль темперамента в спорте / Р.Х. Шогенов, С.М. Ветвицкая // *Международный студенческий научный вестник.* – 2017. – № 6. – URL: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=17866> (дата обращения: 21.05.2021).

REFERENCES

1. Averina L.Yu., Gazaryants V.S. and Grigoryan E.S. (2016), "Influence of temperament types on special physical fitness and sports result of orienteers aged 12-13", *Modern trends in the development*

of science and technology, No. 6-4, pp. 111–114.

2. Belyakova A.S. (2021), *Specificity of psychomotor training of novice track and field athletes with different morphotypological status*, dissertation, Krasnoyarsk.

3. Mokeeva L.A. and Shilova Yu.O. (2015), “Influence of temperament on the choice of sports”, *Olympus. Humanitarian version*, No. 1, pp. 30-33.

4. Shogenov R.H. and Vetvitskaya S.M. (2017), “The role of temperament in sports”, *International Student Scientific Bulletin*, No. 6, available at: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=17866> (accessed: 21.05.2021).

Контактная информация: sergej_05@mail.ru

Статья поступила в редакцию 10.06.2021

УДК 796.412.2

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ЧЕМПИОНАТА ЕВРОПЫ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ В ВАРНЕ

Раиса Николаевна Терехина, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой, Почетный судья (FIG), **Елена Сергеевна Крючек**, кандидат педагогических наук, профессор, судья международной категории (FIG), **Ирина Александровна Винер-Усманова**, доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер России, **Ольга Анатольевна Двейрина**, доктор педагогических наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Важным стартом для спортсменок художественной гимнастики накануне Игр Олимпиады в Токио стал чемпионат Европы в Варне (Болгария). Для многих гимнасток европейского Континента все еще продолжалась борьба за получение последней квоты для участия в самых престижных соревнованиях четырехлетия. В индивидуальной программе выступили 84 гимнастки, а в групповой – спортсменки из 18 национальных федераций. В этих соревнованиях также разыгрывались медали в командных соревнованиях, в которых приняли участие спортсменки 17 национальных федераций. Результаты гимнасток индивидуальной программы в каждом виде соревнований (по две оценки), полученные в первый день соревнований в квалификации, суммировались с результатами гимнасток групповой программы.

Ключевые слова: чемпионат Европы, художественная гимнастика, индивидуальная программа, групповые упражнения, виды гимнастического многоборья, экспертная оценка, исполнительское мастерство.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.7.p358-361

ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE EUROPEAN RHYTHMIC GYMNASTICS CHAMPIONSHIPS IN VARNA

Raisa Nikolaevna Terekhina, the doctor of pedagogical sciences, professor, department chair, Honorary Judge (FIG), **Elena Sergeevna Kryuchek**, the candidate of pedagogical sciences, Professor, International Category Judge (FIG), **Irina Aleksandrovna Viner-Usmanova**, the doctor of pedagogical sciences, professor, Honored Trainer Russia, **Olga Anatolyevna Dveyrina**, the doctor of pedagogical sciences, professor, The Lesgafit National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The important start for rhythmic gymnastics athletes on the eve of the Olympic Games in Tokyo was the European Championship in Varna (Bulgaria). For many gymnasts on the European Continent, there was still struggle to get the final quota for the most prestigious competition in the four years. 84 gymnasts performed in the individual program, and athletes from 18 national federations performed in the