

solves the problem of creating a favorable psychological climate in the team, helps the players to keep a high level of motivation for sports achievements.

2. Planned psychological assessment of handball players of high qualification is reasonably justified. Repeated psychological assessment of handball players allows the coach to receive relevant data about the psychological state of players, their motivational, sports and life goals and settings and their changes. Psychological assessment becomes of special importance before the start of the sports season, at the end of the preparatory period and before the start of the next tournament, during the tournament before important matches, and at the end of the tournament.

3. Permanent psychological correction and prevention is reasonably justified for handball players of high qualification throughout their sports career. Its main task is to prevent the emergence of negative, mental conditions and situations that may affect gaming activities and athletic career of players. Timely psychological correction and preventive measures against the mental state of handball players contributes to the development of the personal maturity of the players, which is an important factor for higher achievements in sports. In the process of implementing psychological correction and prevention handball players master the means of effective psychological self-help including: self-regulation techniques, breathing exercises and other ways to get rid of unnecessary stress. The effectiveness of gaming activities and the success of players' sports career greatly depends on maturity and development required for professional sports activities and psychological qualities. These components are related to the main tasks of psychological training of high-qualified handball players, being the object and subject of psychologist's daily work in a team.

**Контактная информация:** freemadou4@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 25.04.2018*

**УДК 159.9:796.332**

## **ХРОНОТИПИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СВОЙСТВ ВНИМАНИЯ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНЫХ АМПЛУА**

**Виктор Николаевич Шелепень, тренер,**

**Людмила Дмитриевна Хода, доктор педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой,**

*Технический институт (филиал) «Северо-Восточного федерального университета  
имени М.К. Аммосова» в г. Нерюнгри (ТИ (ф) СВФУ)*

### **Аннотация**

С помощью разработанной цифровой технологии исследовались свойства внимания, которые обусловлены цифровым кодом даты рождения. На первом этапе исследований все финалисты чемпионатов мира по футболу 1930-2014 гг. (490 человек) были распределены в три группы относительно своих хронотипических особенностей внимания и их игровых амплуа: группа I – переключение, распределение; группа II – концентрация, сосредоточенность; группа III – самоуглубленность, застревание. У вратарей, входящих в группу победителей чемпионата мира самыми востребованными оказались такие свойствами внимания, как переключение-распределение (50%) и наименее востребованными свойства самоуглубленность-застревание (20%). У защитников востребованным качеством внимания установлено самоуглубленность и «застревание» –39%. У игроков средней линии самым главным качеством является переключение-распределение внимания: 34% у полузащитников, 35% у нападающих. У вратарей чемпионов мира был обнаружен самый высокий (90%) уровень фонового возбуждения нервной системы (ФВНС) в 1-й группе «переключение-распределение» и самый низкий (20%) – в 3-й группе «самоуглубление-застревание», а у вратарей экс-чемпионов мира самый высокий (77,8%) уровень ФВНС отмечен в 3-й группе «самоуглубление-застревание». Такие свойства внимания, как «концентрация-сосредоточенность» оказались наиболее востребованными к ФВНС у чемпионов мира: защитников (73,1%), полузащитников (70,5%) и нападающих (65%). Следует отметить, что в средней линии (полузащита) вице-чемпионов мира также доминирует ФВНС во 2-й группе «концентрация-

сосредоточенность». Это подтверждает особое влияние игроков середины поля на успешность командных действий в современном футболе. Установлено, для всех амплуа (кроме защитников) у победителей ЧМ наиболее востребованными свойствами оказались «переключение-распределение». У защитников, победителей ЧМ наибольшее представительство было в группе 3 «самоуглублённость-застывание» (39%), а наибольшая энергетическая подпитка (73,1%) отмечена в группе 2 «концентрация-сосредоточенность». Вероятно, мобильность этих свойств внимания защитникам, полузащитникам и нападающим сложно сохранять на протяжении всего игрового времени.

**Ключевые слова:** внимание, амплуа, переключение, распределение, концентрация, сосредоточенность, самоуглублённость, застревание.

## CHRONO-TYPICAL FEATURES OF ATTENTION PROPERTIES OF FOOTBALLERS OF DIFFERENT ROLES

*Shelepen Viktor Nikolaevich, the coach,*

*Lyudmila Dmitrievna Khoda, the doctor pedagogical sciences, professor, department chairman, Technical Institute (branch) of "North-Eastern Federal University" in Neryungri*

### Annotation

The properties of attention were investigated with the help of the developed digital technology, which are due to the digital code of the date of birth. At first stage of the research all finalists of the 1930-2014 FIFA World Cup (490 people) were divided into three groups with respect to their chronotypes features of attention and their playing roles: group I – switching, distribution; group II – concentration, attention, group III – self-centration, jam. For the goalkeepers included in the group of winners of the World Cup the most popular properties of attention are switching and distribution (50%) and the least popular properties are self-centration-jamming (20%). For defenders the demanded qualities of attention are self-centration and "stuck" – 39%. For the players of the middle line and attack the most important quality are switching and allocating of attention: 34% for midfield, 35% for the forwards. The goalkeepers who are the World Champions were discovered the highest (90%) level of background excitation of the nervous system (FVNS) in the 1st group of "switch and distribution" and the lowest (20%) one in the 3rd group of "self-deepening and jamming", but for the goalkeepers who are ex-World Champions the highest (77.8%) level of FVS is marked in the 3rd group of the "self-centration - stuck." Such properties of attention as "the concentration & concentrating" turned out to be the most popular among the World Champions to the FVS: defenders (73.1%), Midfielders (70.5%) and Forwards (65%). It should be noted that in the middle line (midfield) of the Vice-Champions of the world FVS also dominates in the 2nd group of "concentration & concentrating". It confirms the special influence of the players of the middle of the field on the success of team work in modern football. It is established that for all roles (except defenders) who are winners of World Cup the most asked properties were "switching & distribution". The defenders who are the winners of the World Cup have the largest representation in the group 3 of "self-gravity & jamming" (39%), and the highest energy recharge (73.1%) is noted in the group 2 of "concentration & concentrating". Probably, mobility of these properties of attention of defenders, midfielders and strikers can be kept difficultly to maintain throughout all playing time.

**Keywords:** attention, role, switching, distribution, concentration, focus, "samples incest", "jamming".

## ВВЕДЕНИЕ

Общеизвестно, что произвольное внимание способствует достижению результатов в том или ином виде спорта и определяется сознательным и активным сосредоточением на выполняемых технических и тактических действиях. В спортивных играх внимание запускает механизмы оперативного мышления, ибо изменение тактических ситуаций предполагает внесение спортсменом необходимых корректировок. Это определяется не только развитием свойств внимания, приобретённых в результате учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (фенотип), но прежде всего особенностями хронотипического характера (генотипа). В произвольном внимании проявляется активность личности, а функциональной основой произвольного внимания является активное регулирование протекающих психических процессов [1]. Футболист вынужден оперативно и своевременно

переключать свое внимание с занимаемой им позиции на партнёров и соперников, с соперников на мяч, с мяча – на собственные ощущения, на ворота и обратно, или делать все это одновременно, охватывая своим вниманием и распределяя его на весь объём происходящих событий.

### МЕТОДИКА

С помощью разработанной нами цифровой технологии исследовались свойства внимания, которые обусловлены цифровым кодом даты рождения. Это структура так называемых «календарных знаков» (Г. Кваша, 2014), которая связывает особенности изначальных (врождённых) импульсов человека с теми или иными свойствами внимания, которые он направляет на предмет своей деятельности [2, 3, 4]. Та или иная комбинация базовых функционально-динамических ресурсов (ФДР) определяет доминирующие функционально-динамические факторы (ФДФ), а совокупность спортивно-значимых ФДФ любой специализированной группы спортсменов определяет генотипический функционально-динамический профиль (ГФДП) или модель (ГФДМ) вида спорта или отдельного амплуа [5, 6]. В футболе у каждого функционального игрового звена, помимо общекомандных, имеются и свои «узкопрофильные» ГФДМ хронотипического характера.

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На первом этапе исследований все финалисты чемпионатов мира (ЧМ) по футболу 1930-2014 гг. (490 человек) были распределены в три группы относительно своих хронотипических особенностей внимания, обусловленных «календарными знаками» их рождения (месяц рождения) и их игровых амплуа: группа I – переключение, распределение; группа II – концентрация, сосредоточенность; группа III – самоуглублённость, застревание (рисунок 1).

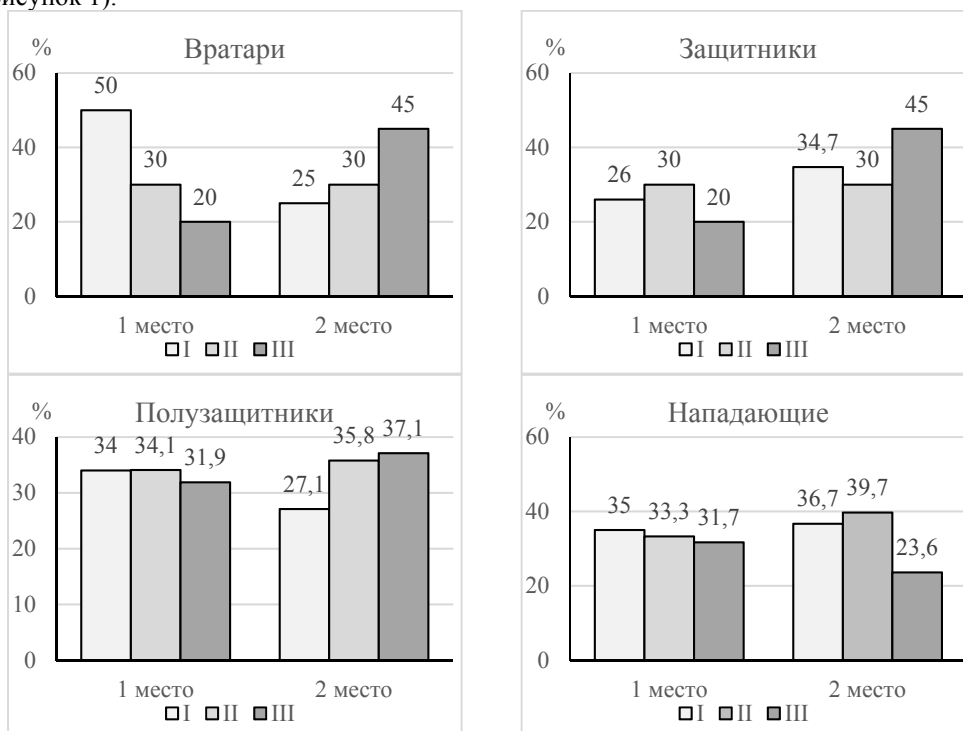


Рисунок 1 – Хронотипические особенности свойств внимания футболистов разных амплуа, участвующих в финалах ЧМ 1930-2014 гг. (n=490). I – Переключение, распределение внимания; II – Концентрация, сосредоточенность; III – Самоуглублённость, застревание

У вратарей, входящих в группу победителей ЧМ, самыми востребованными оказались футболисты с такими базовыми (врождёнными) свойствами внимания, как «переключение-распределение» (50%) и наименее востребованными свойствами «самоуглублённость-застревание» (20%).

У вратарей вице-ЧМ (2 место) соответственно 25% и 45% (рисунок 1). В процессе игры вратарю необходимо удерживать и постоянно «переключать-распределять» внимание на свою позицию относительно створа собственных ворот, партнёров своей обороны, атакующих игроков соперника, а также перемещений мяча. Среди победителей ЧМ оказалось в 2 раза больше вратарей с соответствующими особенностями внимания.

Внимание защитника, который встречает атакующего игрока должно не просто полностью замкнуться «застрять» на мяче и ногах соперника, оно должно проникнуть внутрь, «прочитать» мысли и чувства атакующего, спрогнозировать его дальнейшие действия. Вертеть головой по сторонам, переключать и распределять внимание в такой момент защитник не обязан, так как его сзади или с флангов должны страховать ближайшие партнёры по обороне. Его первоочередная задача – не дать обыграть себя, выбить или отобрать мяч, заблокировать и не пропустить соперника за спину, на оперативный простор, не дать выполнить передачу или удар по воротам. А партнёры, в случае ухода атакующего от защитника, должны принять атакующего на себя. И встречающий и страхующий защитники, хоть и в разной степени, но замыкают внимание на атакующем игроке. В данном случае оказалось наиболее востребованным качеством внимания –самоуглублённость и застревание, рейтинг которого у вратарей самый низкий, а у защитников самый высокий (39%).

У игроков средней линии и атаки победителей ЧМ динамика проявления базовых свойств внимания практически одинакова. Самым главным качеством является «переключение-распределение» внимания: 34% у полузащитников, 35% у нападающих; на втором месте «концентрация-сосредоточенность»: 34,1% и 33,3% соответственно, и на третьем – «самоуглублённость-застревание»: 31,9% и 31,7% (рисунок 1).

Дальнейшие исследования свойств внимания финалистов ЧМ были направлены на выявление зависимости особенностей внимания от базовых функционально-динамических ресурсов (ФДР). В свою очередь, различные комбинации «числовых рядов» ФДР указывают на доминирующие функционально-динамические факторы (ФДФ), обеспечивающие необходимый уровень психофизиологической функциональной мобилизации.

Кратко характеризуя числовые носители ФДФ, следует отметить, что нечётные числа определяют внешний или социальный вектор базовых ФДР, а также возбуждение нервной системы (НС), экстраверсию, эмоциональность, импульсивность, которые включают дополнительные психомоторные единицы и освобождение энергии (диссимилиация, катаболизм). Типовые комбинации ФДР с доминирующими нечётными числами (ресурсами) над чётными, влияют на фоновое возбуждение НС и составляют фактор В. Чётные числа определяют внутренний или биологический вектор базовых ФДР, а также торможение НС, интроверсию, рациональность, эмоциональную сдержанность, процессы анаболизма (ассимиляция), синтеза и накопления энергии. Типовые комбинации ФДР с доминирующими чётными числами влияют на фоновое торможение НС и составляют фактор Т. Различные типовые комбинации ФДР, в которых нечётные и чётные числа (ресурсы) уравновешены (нулевое совмещение) составили фактор С (стабильность НС, амбивертность).

Рассматривая особенности влияния энергетических источников на свойства внимания финалистов ЧМ, обусловленных ФДФ следует отметить значительную их зависимость от фактора В. У вратарей чемпионов мира был обнаружен самый высокий (90%) уровень фонового возбуждения НС (ФВНС) в 1-й группе «переключение-распределение» и самый низкий (20%) – в 3-й группе «самоуглубление-застревание», а у вратарей экс-чемпионов мира самый высокий (77,8%) уровень ФВНС отмечен в 3-й группе «самоуглубление-застревание» (рисунок 2).

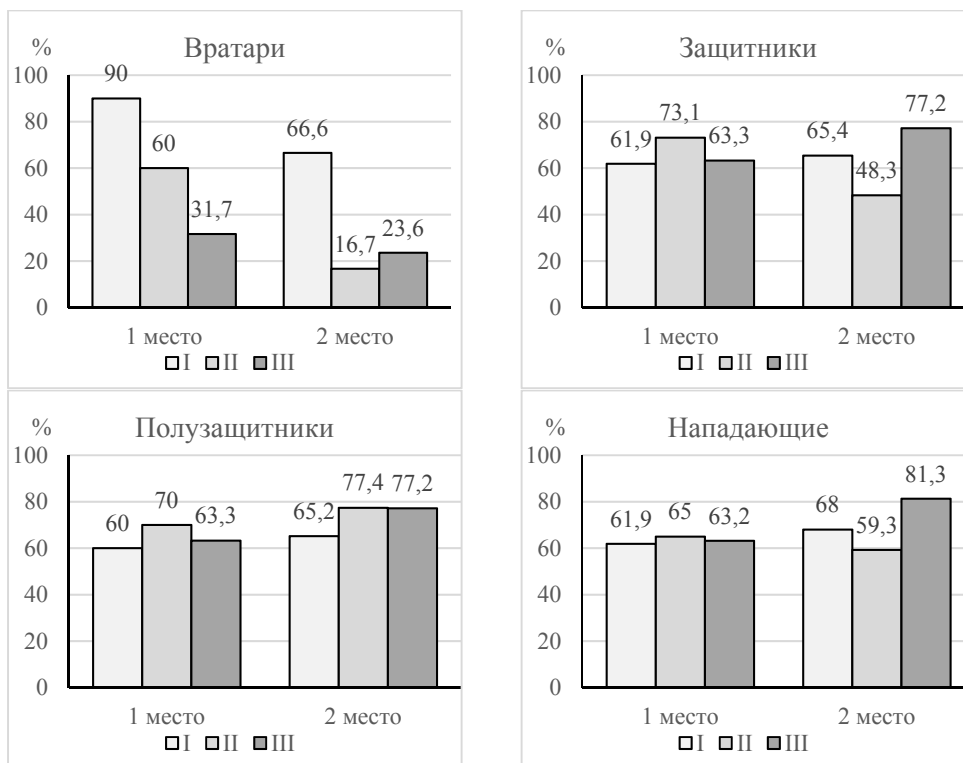


Рисунок 2 – Рейтинг фактора В относительно амплуа финалистов ЧМ 1930-2014 гг. по футболу (n=490) и различных особенностей свойств внимания. I – Переключение, распределение внимания; II – Концентрация, сосредоточенность; III – Самоуглублённость, застревание

Общеизвестно, что самые быстрые и опасные (с игровой точки зрения) ситуационные моменты происходят именно в штрафной площадке, особенно вблизи от ворот. Вратарям, более чем кому-либо из полевых игроков, требуется наиболее мощная экстра-эмоциональная подпитка для своевременного реагирования на острые ситуации. Сохранять такой уровень экстра-эмоционального тонуса длительное время вряд ли возможно. Вратари же находятся в таком состоянии значительно меньшее время игры, чем полевые игроки [5].

Такие свойства внимания, как «концентрация-сосредоточенность» оказались наиболее востребованными к ФВНС у чемпионов мира: защитников (73,1%), полузащитников (70,5%) и нападающих (65%). Следует особо отметить, что в средней линии (полузащита) вице-чемпионов мира также доминирует ФВНС во 2-й группе «концентрация-сосредоточенность». Это подтверждает особое влияние игроков середины поля на успешность командных действий в современном футболе.

## ВЫВОДЫ

В результате исследований были выявлены различные особенности свойств внимания, характерные для успешного выполнения игровых задач в разных амплуа. Для всех амплуа (кроме защитников) у победителей ЧМ наиболее востребованными свойствами внимания установлено «переключение-распределение». Причём у вратарей, это качество внимания наиболее выражено. Защитники группы победителей ЧМ больше опираются на такие качества внимания как «самоуглубление-застревание». Энергетически эффективные источники свойств внимания победителей ЧМ обеспечивались в основном экстра-эмоциональными ФДР или фоновым возбуждением НС (фактор В). У вратарей чемпионов мира

наибольшую экстра-эмоциональную подпитку получала группа 1 со свойствами «переключение-распределение». Следует подчеркнуть, что у вратарей это качество является главным как с позиции «календарных знаков» (зодиакальный месяц рождения) – 50% вратарей, так и с точки зрения базовых ФДР (90% доминирования фактора В). У полевых игроков, количественные параметры сформированных по «календарным инстинктам» групп и энергетические ресурсы ФДФ выражены по-разному. У защитников, победителей ЧМ наибольшее представительство было выявлено в группе 3 со свойством «самоуглублённость-застревание» (39%), а наибольшая энергетическая подпитка (73,1%) отмечена в группе 2 со свойством «концентрация-сосредоточенность». Вероятнее всего, мобильность этих свойств внимания защитникам, а также полузащитникам и нападающим, сложно сохранять на протяжении всего игрового времени. Характерные особенности «календарных знаков» и базовых ФДР позволяет дистанционно, без непосредственного участия спортсменов, проводить анализ их врождённых задатков, предварительно подбирать исполнителей, соответствующих необходимым специальным модельным требованиям.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Гиппенрейтер, Ю.Б. Психология внимания / Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романов. – М. : ЧеРо, 2001. – 858 с.
2. Кваша, Григорий. Сосредоточенные люди [Электронный ресурс] // URL : <http://www.xsp.ru/sh/pub/outpub.php?id=801> (дата обращения: 01.04.2018).
3. Кваша, Григорий. Рассеянные люди [Электронный ресурс] // URL : <http://www.xsp.ru/sh/pub/outpub.php?id=792> (дата обращения: 01.04.2018).
4. Кваша, Григорий. Увлечённый люди [Электронный ресурс] // URL : <http://www.xsp.ru/sh/pub/outpub.php?id=810> (дата обращения: 01.04.2018).
5. Шелепень, В.Н. Хронотипические особенности футбольных вратарей / В.Н. Шелепень, Л.Д. Хода // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 4 (133). – С. 258-264.
6. Шелепень, В.Н. Chrono and biosocial profiles of different playing specializations in the world football / В.Н. Шелепень, Л.Д. Хода // Medicine and Science in Sports. – 2017. – № 12. – С. 2893-2904.

#### REFERENCES

1. Gippenreiter, Yu.B. and Romanov V.Ya. (2001), Psychology of Attention, CHERo, Moscow.
2. Kvasha, G. (2014), Concentrated People, available at: <http://www.xsp.ru/sh/pub/outpub.php?id=801>.
3. Kvasha, G. (2013), Unassembled People, available at: <http://www.xsp.ru/sh/pub/outpub.php?id=792>.
4. Kvasha, G. (2013), Enthusiastic People, available at: <http://www.xsp.ru/sh/pub/outpub.php?id=810>.
5. Shelepen, V.N. and Khoda, L.D. (2017), “Chronotypical Features of Football Goalkeepers”, Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, Vol. 133, No. 4, pp. 258-264.
6. Shelepen, V.N. and Hoda, L.D. (2017), “Chrono and biosocial profiles of different playing specializations in the world football”, Medicine and Science in Sports, No. 12, pp. 2893-2904.

**Контактная информация:** [lkhoda@yandex.ru](mailto:lkhoda@yandex.ru)

*Статья поступила в редакцию 05.05.2018*