

Электронное научное издание

«Международный электронный журнал. Устойчивое развитие: наука и практика»

www.yrazvitiye.ru

Специальный выпуск (22), 2019

*Труды Всероссийской конференции «Актуальные проблемы физического воспитания и студенческого спорта»
(24 января 2019 г., Государственный университет «Дубна», ФОК «Олимп»)*

УДК 796

ВЛИЯНИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО ФАКТОРА НА СПОРТИВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕННИСИСТОВ

Орлов Матвей Михайлович, Башмак Александр Федорович

Самарская государственная сельскохозяйственная академия, г.Самара, E-mail: meod.adir@yandex.ru

Аннотация

В данной статье изучено влияние психоэмоциональных факторов на спортивные результаты спортсменов профессионально занимающихся теннисом.

Ключевые слова: теннис; давление; эмоции; соревнования; результат; достижения.

Введение. Сегодня психоэмоциональное состояние спортсменов достаточно часто влияет на их результаты. Выступление перед соперниками и публикой является весьма сильным испытанием для человека. История знает множество примеров, как знаменитые спортсмены вели подготовку к своим выступлениям. Таким образом многие внешние факторы могут повлиять на психоэмоциональное состояние спортсмена и тем самым ухудшить его показатели

Исходя из этого, многим специалистам интересна данная тематика.

Цель работы – изучить влияние психоэмоциональных факторов на спортивные результаты.

Исходя из поставленной цели, задачей работы явилось: проведения исследований, на предмет изучения влияния психоэмоциональных факторов на спортивные результаты.

Материалы и методы исследований.

Наши исследования проводились на базе теннисного клуба «Теннисный центр» г. Самара. Нами было сформировано 2 группы теннисистов по 10 человек, одной возрастной категории. Исследования проводились в период январь-февраль 2018 г.

Наши исследования были разделены на 2 периода – подготовительный и соревновательный.

Во время подготовительного периода наши спортсмены соревновались между собой в тренировочном порядке и за их игрой следили только люди, с которыми они тренируются и люди, которые постоянно находятся на территории спорткомплекса.

Во время соревновательного периода за игрой теннисистов следило большее количество людей (около 250). Помимо этих людей присутствовали их близкие люди.

Подготовка контрольной группы спортсменов ничем не выделялась от их обычного повседневного ритма: приезд, переодевание, разминка.

Подготовка опытной группы была несколько иной. Перед приездом к месту соревнований спортсмены слушали любимую музыку. Во время переодевания в раздевалке играла музыка. Перед выходом на разминку тренер произнёс напутственные слова. Разминка заключалась в различных игровых элементах.

После чего были проведены матчи по круговой системе с выявлением победителя и призёров.

Результаты собственных исследований.

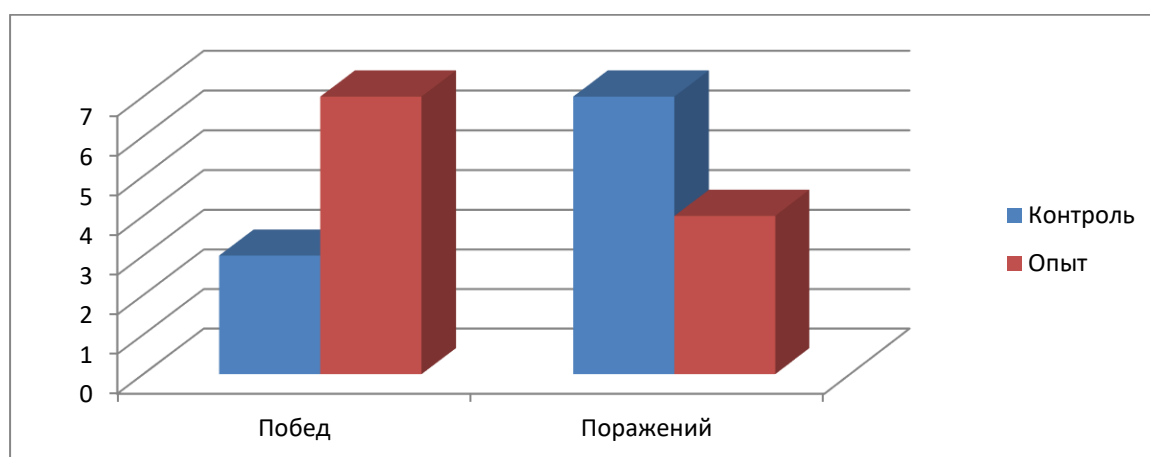


Рис.1 Подготовительный период

Как видно из приведённой диаграммы у опытной группы из всех игр было 70% побед и 30% поражений. В то время у контрольной группы данный показатель был почти в 2,5 раза скромнее. 30% побед и соответственно, 70% поражений. Если делать комментарии по игре, то из всех спортсменов выборки по игровым качествам и уверенности выделялись 1-2 игрока у обеих команд. По занятым местам I и II место заняли игроки из опытной группы, а III место занял представитель контрольной группы.

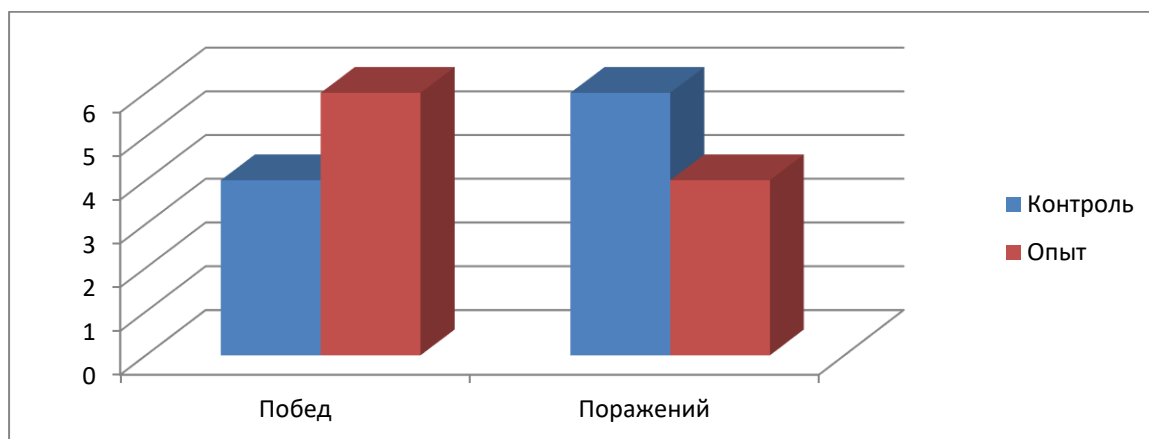


Рис.2 Соревновательный период

Как видно из приведённой диаграммы у опытной группы результаты стали скромнее из всех игр было 60% побед и 40% поражений. В то время у контрольной группы данный показатель составлял: 40% побед и соответственно, 60% поражений. То есть, мы видим, что при более сильном давлении на психоэмоциональное состояние человека даже у опытной группы результаты ухудшаются, но они также оказались выше, чем у группы, где данных мероприятий не проводилось, что указывает на присутствие влияния психологического фактора и его влияние на спортивные показатели у спортсменов. В соревновательный период победителем и бронзовым призёром стали представители опытной группы, а контрольная группа заняла III место. По манере игры более перспективно и уверенно выглядели представители опытной группы.

Литература

1. Мезенцева В.А., Бородачёва С.Е. Атлетическая гимнастика: Методические указания для практических занятий/ В.А. Мезенцева., С.Е. Бородачёва. – Кинель РИЦ СГСХА, 2015.- С.57.
2. Романов, Д. В. Дидактический потенциал использования трёхмерного моделирования в учебном процессе агроинженерных вузов / Д. В. Романов, О.Г. Нечаева // Известия Самарской ГСХА. – Самара, 2010 – № 2 – С. 97-100.
3. Романов, Д. В. Влияние электронного сопровождения процесса Подготовки будущих агроинженеров на их профессиональную компетентность / Д. В. Романов, О. Г. Нечаева // Современные проблемы информатизации профессионального образования: мат. Международной научно-практической интернет-конференции. – М.: ФГБОУ ВПО МГАУ, 2012 – С. 95-101.