

ТИПОЛОГИЯ СПОРТСМЕНОВ И ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В ПАРУСНОМ СПОРТЕ

*Кандидат педагогических наук, доцент К.Г. Томилин
Директор СДЮШОР по парусному спорту г. Сочи а.А. Швец*

*Институт физической культуры Сочинского государственного университета туризма и курортного дела,
Сочи*

"Гуманизм ... в широком смысле - исторически изменяющаяся система воззрений, признающая ценность человека как личности, его право на свободу, счастье, развитие и проявление своих способностей, считающая благо человека критерием оценки социальных институтов, а принципы равенства, справедливости, человечности - желаемой нормой отношений между людьми" (Философский энциклопедический словарь).

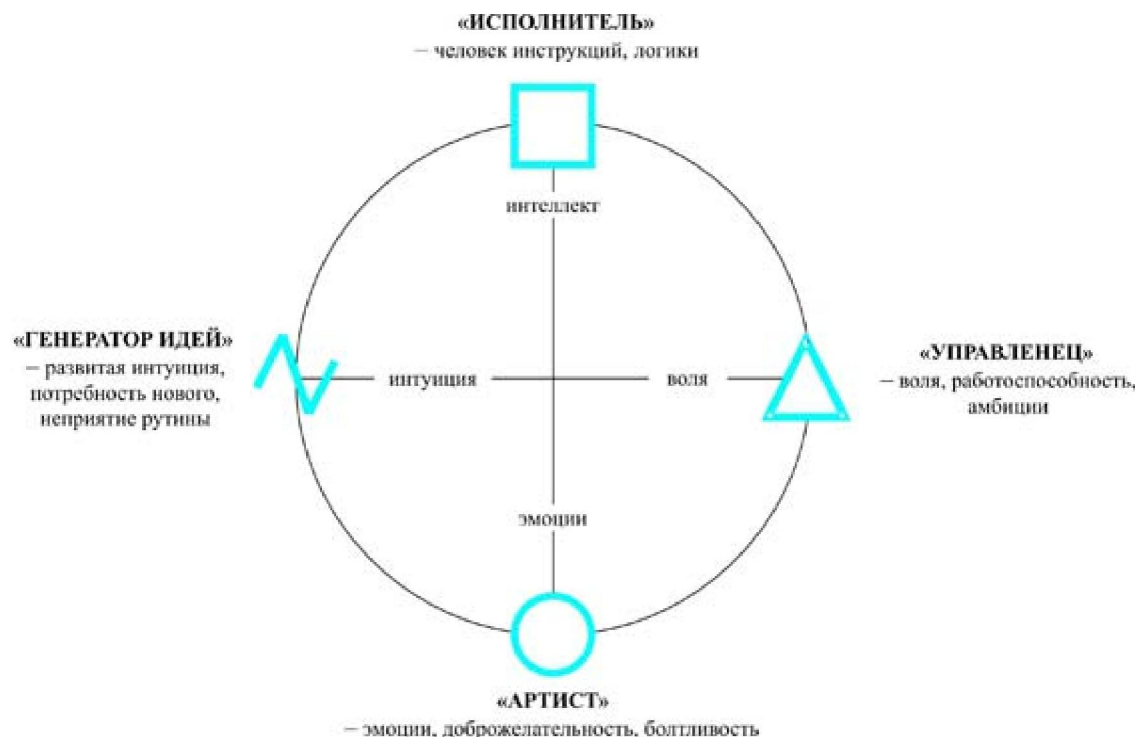
На протяжении многих тысячелетий развития человечества требовалось (для чисто практических целей) быстро и безошибочно классифицировать людей по внешнему виду, одежде и благосостоянию, по принадлежности к определенным "кастам" и, конечно же, по поведению. И ученые неоднократно делали публикации с классификациями людей по внешнему виду, поведению, установкам, функциям (К.Г. Юнг, 1924), характеру и связанными с ним заболеваниями (Э. Бак, 1936), школьным типам детей (П.Ф. Лесгафт, 1951), соционическим типам (А. Аугустинавичуте, 1980) и т.д.

Серьезный практический интерес для большого круга людей представляет методика Сьюзен Деллингер - специалиста по подготовке управленческих кадров США, позволяющая за несколько минут определить типологию интересующего вас человека по его внешнему виду, психологическим особенностям поведения (стремление к лидерству, общительность, дисциплинированность и т.д.), его речи и "языку тела" (характер позы, походки, жестов) и т.д. [3, 4, 14 и др.].

На рисунке представлены четыре типа людей по системе С. Деллингер. Верхняя фигура - **Квадрат**, его мы условно называем "Исполнителем". Это человек с пропорциональным, квадратным телом; отличается безэмоциональностью (и даже немного нудностью), консервативностью, пунктуальностью, хорошей логикой. Среди развитых ощущений преобладает "аудиальная" модальность. Такой человек во время учебы, работы, отдыха ведет себя правильно, спокойно, солидно.

Внизу - **Круг**. Чрезмерно эмоциональный, доверчивый, нерешительный, подчеркнуто доброжелательный, получивший у психологов название "Артист". Его тело - округлой формы, как правило, полное, перезаряжено энергией; в ощущениях преобладает "кинестетика". Это уже другой человек, со своей логикой, взглядами на жизнь и, что интересно, своими подходами к решению важных жизненных ситуаций.

Третья фигура - **Треугольник**. Именно таких людей очень много встречается в спорте. "Управленец" с волевым, властным характером, непомерными амбициями; чрезвычайно напряженным, беспокойным, недовольным лицом. Тело треугольной формы, ноги короткие, голова большая; у женщин, как правило, большой бюст. Стремится носить яркие, показные, дорогие (как правило, массивное золото) украшения; среди развитых ощущений преобладает "визуальная" модальность.



Основные типы людей (по С. Деллингер)

Таблица 1. Индивидуальные различия высококвалифицированных яхтсменов

<p>Z+[] интроверт : Братя Тынисте</p> <p>Сильные стороны: - работоспособность, изобретательность (интуитивное принятие правильных решений), исполнительность.</p> <p>Слабые стороны : - недостаточная чувствительность (на руле и шкотах), необщительность.</p>	<p>[]+ интроверт: Валентин Манкин</p> <p>Сильные стороны: - исполнительность, работоспособность, напористость.</p> <p>Слабые стороны : - отсутствие чувствительности на руле, на шкотах, в настройке яхты</p>
<p>O+Z экстраверт: Виктор Потапов</p> <p>Сильные стороны: - изобретательность (интуитивное принятие правильных решений), чувствительность на руле и шкотах, общительность.</p> <p>Слабые стороны: - низкая работоспособность, отсутствие напористости</p>	<p>экстраверт: Олег Хоперский</p> <p>Сильные стороны: - работоспособность, общительность, чувствительность на руле и шкотах.</p> <p>Слабые стороны: - низкая исполнительность, вспыльчивость, чрезмерная доверчивость</p>

И прямо противоположная фигура - **Зигзаг** - "Генератор идей", худой, некоординированный, непрактичный, "бунтующий ребенок", занятый какими-то своими проблемами и зачастую отсутствующий в настоящем времени.

Принадлежность человека к определенной психогеометрической фигуре можно, как правило, определить визуально уже в первые минуты контакта с ним, желательно в значимо конфликтной ситуации (важный разговор, спор, скандал), когда человек не скрывает своего истинного лица за маской приличий или навязанных стереотипов поведения.

И тогда, ориентируясь на признаки, приведенные на рисунке, можно отнести вашего собеседника к определенному типу. Фигура, по которой вы выделите для интересующего вас человека больше признаков - **"ВЕДУЩАЯ ФУНКЦИЯ"** (к примеру, Δ). Человек уверен в себе именно в этой области, легко ориентируется и спокойно переносит шутки в свой адрес.

Вторая фигура, лежащая рядом (справа или слева по кругу) и набравшая вторую сумму признаков - уточняет тип личности человека (например, ΔO или $\Delta []$). Психологи называют ее "Продуктивной", или **"ТВОРЧЕСКОЙ ФУНКЦИЕЙ"**. Это область активных действий, направленных в окружающий мир.

То, что находится у человека на третьем месте, - **"ТРЕТЬЯ ФУНКЦИЯ"** - всегда притягивает его внимание, иногда является стремлением, претензиями (чаще неосуществимыми), выбирается, к сожалению, направлением трудовой деятельности. Но так же часто вызывает неудачи, смех и раздражение окружающих. Именно по этому каналу человек воспринимает давление весьма болезненно. Это "точка наименьшего сопротивления".

И всегда чрезмерно слабая **"ЧЕТВЕРТАЯ ФУНКЦИЯ"** вызывает страдания, боль. Это то, за что человек нещадно критикуем. И где он наиболее легко поддается внушению.

В первой и второй - ведущих - функциях человека скрывается то, что можно назвать его "душой" и призванием. Что приносит максимальный жизненный успех, радость, счастье... И чтобы понять спортсмена, общаться с ним на "уровне души", помогать ему разобраться в самом себе, нужно очень точно научиться определять его тип. Легче всего сначала выявить самое слабое звено и затем, ориентируясь больше на телосложение, чем на амбиции, установить слева или справа по кругу сильнейшую функцию, далее вторую и уже точно определить типологию человека.

Радикально переделывая высококвалифицированного спортсмена, мы можем потерять те его качества, которые способствовали его попаданию в сборную команду. Задача умного тренера, родителя, руководителя совсем в другом: как для этой яркой личности подобрать социально приемлемую сферу деятельности ("экологическую нишу"), где она имела бы максимальный успех. И спроектировать прямой, ясный путь к этому успеху [2, 3].

В табл. 1 представлены данные для коррекции индивидуальных нормативов общей и специальной подготовленности высококвалифицированных яхтсменов -гонщиков. Модель составлена на основе анализа индивидуальных особенностей четырех ведущих яхтсменов мира: Валентина Манкина - трехкратного олимпийского чемпиона; Олега Хоперского - чемпиона Европы и второго призера "Золотого Кубка" (чемпионата мира); Виктора Потапова - двукратного чемпиона мира, бронзового призера Олимпийских игр; братьев Томаса и Тыну Тынисте - серебряных призеров Олимпийских игр 1988 г.

Ведущая функция Валентина Манкина (D) обуславливает силу нервных процессов и способствует высоким показателям выносливости (он выполнил нормативы 1-го разряда по плаванию и гребле и в 1957 г. на Чемпионате СССР по академической гребле вошел в десятку сильнейших гребцов-одиночников страны). Вторая функция (I) способствовала исключительной исполнительности; третья (Z) постоянно толкала этого выдающегося яхтсмена к творчеству. Именно высокие показатели третьей функции сделали его "великим". В то же время Валентин Манкин имел самый худший показатель в команде по "чувству руля" - показатель, который психологи связывают со "слабостью" (и, следовательно, чувствительностью) нервных процессов, и славился своей неуживчивостью (четвертая функция - O).

Сильными качествами Олега Хоперского были: общительность (O), что помогало при контактах с зарубежными гонщиками, напористость (вторая функция - D). В то же время этот спортсмен не отличался чрезмерной исполнительностью (I - третья функция) и в своей подготовке не применил каких-либо радикальных новинок (Z).

Братья Тынисте имели нестандартное мышление, которое выделяло их из толпы гонщиков (Z), отличались в команде своей исключительной пунктуальностью (I - вторая функция), имели хорошую работоспособность (МПК до 80 мл/мин/кг), зимой занимались беговыми лыжами, но были неразговорчивы (O - четвертая функция).

Виктор Потапов обладал уникальной интуицией (Z), хорошо сдавал нормативы по "чувству руля", умел найти контакт с любым начальником (O), но не умел и не любил стартовать в гуще судов (Δ - третья функция) и совсем не терпел дисциплины (I - четвертая функция).

Таблица 2. Взаимосвязь некоторых показателей с успешностью освоения «школы парусного спорта» на протяжении 8 месяцев занятий детей в секции по парусному спорту

Показатели	Корреляционная связь с:				
	успешн. выступл. (0 мес.)	успешн. выступл. (4 мес.)	успешн. выступл. (8 мес.)	спорт. разряд. (8 мес.)	закрепл. в секции (8 мес.)
1. Рост	0,215	0,037	0,203	0,310	0,177
2. Вес	0,153	0,133	0,355	0,215	0,147
3. Типология: «Зигзаг»	-0,403	-0,064	-0,219	-0,049	-0,341
4. «Треугольник»	0,403	0,064	0,219	0,049	0,341
5. «Квадрат»	0,287	0,141	0,329	0,045	0,273
6. «Круг»	-0,287	-0,141	-0,329	-0,045	-0,273
7. Выносливость	0,516	0,110	0,267	0,223	0,497
8. Ловкость	0,436	-0,059	0,089	0,049	0,417
9. Быстрота	0,438	0,043	0,089	-0,031	0,501
10. Сила	0,456	0,067	0,048	0,101	0,263
11. Интеллект	0,427	0,332	0,244	0,075	0,517
12. Эмоцион. устойчивость	0,337	-0,031	0,076	0,338	0,170
13. Доминирование	0,415	0,180	0,415	0,469	0,287
14. Экстраверсия	0,156	0,283	0,386	0,186	0,015
15. Моральн. самоконтроль	0,227	0,095	0,251	0,196	0,318
16. Социальная смелость	0,369	0,321	0,604	0,196	0,388
17. «Теплота»	0,361	0,171	0,124	0,194	0,352
18. Успешн. выступ. (0 мес.)		0,364	0,539	0,302	0,564
19. Успешн. выступ. (4 мес.)			0,673	0,323	0,312
20. Успешн. выступ. (8 мес.)				0,552	0,453
21. Выполн. спорт. разрядов (8 мес.)					0,201

Таким образом, можно констатировать, что при разработке нормативов подготовленности яхтсменов - гонщиков, а также при обучении (начиная с первых дней прихода ребенка в секцию) необходимы психологический контроль и учет устойчивых свойств личности спортсмена.

В СДЮШОР по парусному спорту г. Сочи был организован двухмесячный спортивный лагерь для детей 10-13 лет, в котором школьники проходили начальное обучение. Каждый ребенок с первых дней занятий оценивался по следующим показателям: типологические особенности по методике С. Деллингер; устойчивые психологические свойства личности (экспертно); физические качества и нормативы ОФП; оценки, характеризующие процесс обучения ребенка основам парусного спорта; спортивные результаты (место, занятое на внутри школьных соревнованиях, стабильность выступлений, закрепление в секции по окончании лагеря, через 4 и 8 месяцев). Дополнительно фиксировались возраст, рост, росто-весовой индекс, скорость биологического созревания (по вторичным половым признакам). Таблица с результатами исследования (45 человек по 58 показателям) обрабатывалась методами математической статистики на персональном компьютере по программе "Microsoft Excel". Из 58 регистрируемых характеристик наибольшую корреляционную связь с показателями спортивной деятельности имели прежде всего психологические данные ребенка.

Выявлено [13], что на начальном этапе возраст, рост, вес, росто-весовой индекс ни в какой степени не влияли на успешность освоения парусного спорта. Высоких результатов могут добиваться как тринадцатилетние, так и десятилетние мальчики и девочки. Отмечено, что в первые месяцы занятий побеждают школьники "треугольной" типологии и они же имеют хорошую стабильность в выступлениях, в то время как дети-"зигзаги" не преуспевают в парусном спорте и демонстрируют плохую стабильность ($p < 0,05$).

В возрасте 10-13 лет наблюдается более 50% школьников "зигзаго-округлого" типа. Следовательно, потенциальные гонщики с интуитивным способом принятия решения (по типу двукратного чемпиона мира Виктора Потапова) сами уходили из секции.

Высокий коэффициент корреляции между успешностью, стабильностью и закреплением ребенка в секции имеет такое физическое качество, как выносливость, вторым ведущим физическим качеством в парусном спорте является ловкость, на третьем месте - быстрота и сила ($p < 0,01-0,05$). Результаты этого исследования показывают, что даже на начальных этапах обучения более выносливые и ловкие дети добиваются высоких и стабильных успехов в гонках.

Особый интерес тренеров вызвало исследование устойчивых психологических свойств личности детей и их влияния на достижения. Выявлено, что интеллект ребенка в большей степени способствует результативному и стабильному выступлению на регатах и закреплению ребенка в секции. Вторым после интеллекта качеством неожиданно оказалась "теплота" ребенка (его теплое отношение к тренеру и окружающим) ($p < 0,01-0,05$): более "теплые" дети в большей степени проявляли свои положительные качества при занятиях парусным спортом, чем несговорчивые. Школьники, похожие по поведению на бронзового и серебряного призера Олимпийских игр Андрея Балашова, а также на конфликтного трехкратного чемпиона Олимпийских игр Валентина Манкина, уходили из секции.

Вполне естественно, что в число значимых для парусного спорта качеств вошли социальная смелость, доминирование и в какой-то степени -эмоциональная устойчивость, наблюдательность, экстраверсия; отрицательно влияла на результат напряженность ($p < 0,05$).

Наиболее интересные данные были получены при анализе показателей школьников после 8 месяцев занятий в парусной секции. Поскольку зимой в Сочи наблюдаются более сложные погодные условия, чем летом, исследования естественно выявили повышение "весомости" таких показателей, как рост и вес ребенка, при достижении успехов на местных регатах и выполнении разрядов ($p < 0,05$).

Среди устойчивых психологических свойств личности корреляционную связь с закреплением в парусном спорте, успешностью ребенка на регатах имели следующие показатели: интеллект, социальная смелость, доминирование, экстраверсия, моральный самоконтроль ($p < 0,05-0,01$).

Подготовка начала приближаться к спортивной, и несколько снизилась информативность такого показателя, как "теплота" отношений. В парусной секции закреплялись дети преимущественно "треугольно-квадратной" типологии, имеющие спортивные успехи и хорошую физическую подготовленность ($p < 0,05-0,01$), прежде всего выносливость, ловкость и быстроту (табл. 2).

Поскольку первоначально все занимающиеся были разбиты на 5 групп и прикреплены к разным тренерам, то и подходы к начальному обучению парусному спорту были различными.

Исследование показало, что 80% детей, тренировавшихся в период начального обучения по интересной и разнообразной программе, закрепились в секции после 8 месяцев занятий, в то время как 50% их сверстников, которых опытный тренер с первых дней занятий ориентировал на высокие спортивные достижения, покинули группу. Самое интересное, что мальчики, ориентированные на спорт, выигрывая на первых соревнованиях, через 8 месяцев занятий (в целом по группе) начали проигрывать своим товарищам по секции.

Обобщая вышеизложенное, можно констатировать, что только содружество тренеров и психологов с первых дней занятий ребенка в секции и до участия атлета в Олимпийских играх поможет безболезненно решать многие проблемы, связанные с многолетней спортивной деятельностью [5-11, 13].

Кроме того, хочется пожелать, чтобы на этапе начального обучения фантазия тренера была безграничной: ведь его подопечные, как и все дети, хотят играть! Научить беззаветной любви к спорту через игру - это самое существенное [1, 12].

Литература

1. Манкин В.Г. Белый треугольник / Лит. запись В. Пожиловой. 2-е изд., доп. - М.: Мол. гвардия, 1981. - 224 с.

2. Соболев А.Л., Орешкин С.А., Томилин К.Г. Методика отбора генетически одаренных детей в СДЮШОР парусного спорта: Метод. реком. - М.: ГК СССР по ФКиС, 1986. - 21с.
3. Социальная психология: типология, общение, управление: Метод. реком. / Сост. К.Г. Томилин. - Челябинск : Знание, 2004. - 53 с.
7. Социальная экология: Психология, обучение, здоровье: Методич. указ. для слушателей ФПКП. Ч. 1 / Сост. К.Г. Томилин. - Краснодар: КубГТУ, 1999. - 35 с.
5. Томилин К.Г. Вопросы управления подготовкой яхтсменов высокой квалификации в четырехлетнем олимпийском цикле (психолого-педагогические проблемы инноваций) // Матер. II Междунар. науч.-метод. конф. "Проектирование инновационных процессов в социальной и образовательной сферах". - Сочи: РИО СГУТиКД, 1999, с. 194-195.
6. Томилин К.Г. Парусный спорт: пути обеспечения разносторонности подготовки яхтсменов // Теория и практика физ. культуры. 2003, № 6, с. 6-9.
7. Томилин К.Г. Парусный спорт - эффективное средство совершенствования человека III тысячелетия // Тез. докл. V Северо-Кавказской региональной научно-практической конференции "Современные проблемы физического воспитания, валеологии и здорового образа жизни". Кропоткин, 2000, с. 42-44.
8. Томилин К.Г. Подготовка высококвалифицированных яхтсменов: Метод. реком. - Краснодар: ГК РСФСР по ФКиС, 1991. - 34 с.
9. Томилин К.Г. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов высокого класса // Матер. конф. "Психолого-педагогические, медико-антропологические и гипнологические аспекты профессиональной подготовки специалистов. - Майкоп: АГУ, 1993, с. 177-179.
10. Томилин К.Г. Психологические проблемы проектирования и внедрения нового культурно-образовательного пространства в системе подготовки яхтсменов страны // Матер. III Междунар. науч.-метод. конф. "Проектирование инновационных процессов в социальной и образовательной сферах". - Сочи: РИО СГУТиКД, 2000, с. 183-184.
11. Швец А.А., Томилин К.Г. Вопросы воспитания творчества у специалистов по парусному спорту // Вопросы профессиональной подготовки и оздоровительной физической культуры в вузе. - Сочи, ИФК СГУТиКД, 2003, с. 49-53.
12. Швец А.А., Томилин К.Г., Васильева В.С. Оптимизация методики начального обучения в парусном спорте // Матер. Междунар. науч.-практ. конф. "Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики". - Ставрополь: СГУ, 2004, с. 372-376.
13. Шулик Е.Н., Шунин К.Е., Суковицын А.В. и др. Исследование путей совершенствования операторской деятельности на примере подготовки яхтсменов-гонщиков высокой квалификации//Матер. VII Междунар. науч.-практ. конф. "Инновационные процессы в высшей школе". - Краснодар: КубГТУ, 2001, с. 269-271.
14. Шевандин Н.И. Социальная психология в образовании: Учеб. пос. Концептуальные и прикладные основы социальной психологии. - М.: ВЛАДОС, 1995. - 544 с.