



ВСЕРОССИЙСКАЯ  
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

**ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ  
И ИННОВАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ –  
ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ ОТРАСЛИ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**



**2**  
**ТОМ**

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное учреждение  
«Федеральный центр подготовки спортивного резерва»

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Чайковский государственный институт физической культуры»

Министерство физической культуры и спорта Пермского края

## **«ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ И ИННОВАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Материалы Всероссийской  
научно-практической конференции  
«Экспериментальная и инновационная деятельность – потенциал  
развития отрасли физической культуры и спорта»

18-19 сентября 2020 г.  
г. Чайковский, Пермский край

В 2-ух томах

Том 2

Чайковский, 2020 г.

УДК 796/799  
ББК 75.0

**Э-41 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ И ИННОВАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ ОТРАСЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА:** Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Экспериментальная и инновационная деятельность – потенциал развития отрасли физической культуры и спорта» 18 -19 сентября 2020 г. (г. Чайковский, Пермский край): в 2-х томах. Том 2 / под общ. ред. Фендель Т.В. – Чайковский: Чайковский государственный институт физической культуры, 2020 г. – 278 с.

Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Экспериментальная и инновационная деятельность – потенциал развития отрасли физической культуры и спорта» охватывают широкий круг вопросов, связанных с деятельностью Федеральных экспериментальных площадок, действующих в субъектах Российской Федерации, и результатами инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

В сборник вошли статьи руководителей и специалистов Федеральных экспериментальных (инновационных) площадок Минспорта России, профессорско-преподавательского и научного состава вузов и ссузов физической культуры и спорта России, студентов, магистрантов, аспирантов вузов физической культуры, ученых научно-исследовательских институтов физической культуры и спорта, проблемных лабораторий, тренеров-практиков, инструкторов, педагогов образовательных учреждений.

Данный сборник адресован студентам, магистрантам, аспирантам и молодым ученым. Будет востребован слушателями курсов повышения квалификации, а также читателями, интересующимися вопросами и проблемами экспериментальной и инновационной деятельности в области физической культуры и спорта.

УДК 796/799  
ББК 75.0

Редакционная коллегия: к.п.н., профессор Зекрин Ф.Х.  
к.п.н., доцент Зубков Д. А.  
к.п.н., доцент Найданов Б.Н.

ISBN 978-5-94720-054-6

© Коллектив авторов, 2020  
© ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2020

<b>Павлов В.А., Найданов Б.Н., Тарасевич Г.А.</b> Экспериментальная и инновационная деятельность в области физической культуры и спорта – ресурсный потенциал развития отрасли	108
<b>Першина С.В., Пиунова М.А.</b> Кейтеринг как направление повышения экономической эффективности спортивных объектов	116
<b>Петрунина С.В., Хабарова С.М. Тихонова Ю.И.</b> Анализ формирования двигательных навыков у детей с поражением опорно-двигательного аппарата средствами адаптивного плавания	123
<b>Петрушин А.В.</b> Возможности использования стабилметрической платформы «Стабилан-01-2» в процессе становления и совершенствования стрельбы биатлонистов	129
<b>Понимасов О.Е.</b> Конструктивные механизмы развития физической культуры и спорта в Российской Федерации	131
<b>Поротова М.Н., Колесова А.Л., Готовцев И.И.</b> К вопросу общефизической и специально-физической подготовки занимающихся в модели информационного взаимодействия между субъектами региональной системы подготовки спортивного резерва республики Саха (Якутия)	138
<b>Санникова А.В., Бандаков М.П.</b> Особенности двигательной деятельности и работоспособности функциональных систем организма спортсменов, имеющих различные типологические свойства нервной системы	142
<b>Свечкарёв В.Г.</b> Современные приоритеты государственной политики в области физической культуры и спорта	149
<b>Скидан А.А.</b> Оздоровительная методика групповых шейпинг-тренировок с женщинами зрелого возраста	155
<b>Смолякова Л.Н., Кузнецов А.Н.</b> Влияние типа темперамента квалифицированных лыжников-гонщиков на выполнение тренировочной нагрузки при использовании различных методов спортивной тренировки	161
<b>Соколов П.С.</b> Особенности физической подготовки сотрудников специальных подразделений УИС по конвоированию	166
<b>Сорокин А.А.</b> Особенности методической подготовки учителя физической культуры к реализации обновленного содержания образования в малокомплектной школе	169
<b>Степанова И.А., Анисимова А.А.</b> Факторы, влияющие на качество бросковых движений с разнородными предметами в групповых упражнениях художественной гимнастики	176
<b>Степыко Д.Г., Грачева Д.В., Александров Д.С.</b> Влияние государственной политики на развитие экспериментальной инновационной деятельности в сфере физической культуры и спорта	182
<b>Стрела В.Н., Коновалов В.Н., Хромов А.Ю.</b> Контроль параметров технической и специальной физической подготовленности велосипедистов-трековиков спринтеров на велотренажере «Wattbike»	191
<b>Сурина Ю.Е., Сметанин А.Г.</b> Современные технологии в физическом воспитании в учебных заведениях	199
<b>Тарабрина Н.Ю., Караваева Ю.В.</b> Экологические проблемы физкультурно-спортивной деятельности	203
<b>Тарханов С.А., Мясникова Т.И.</b> Оценка максимальной силы тяги при плавании по элементам и в координации способами кроль на груди и кроль на спине	208
<b>Тихомиров Р.В., Гузь С.М.</b> Влияние занятий лёгкой атлетикой на общефизическую подготовленность девочек 9-11 лет	213
<b>Ульяшина Н.А., Седин В.И., Мокина Е.С., Ващенко А.С.</b> Психологические особенности личности спортсменов отделения единоборств на разных этапах	221

подготовки	
<b>Умнов В.П., Лазарькова О.В.</b> Характеристика связи между физической подготовленностью и результатами соревновательной деятельности юных гимнастов	229
<b>Фатеева О.А., Райков В.К.</b> Организация дистанционной работы федеральной экспериментальной площадки по женской борьбе в условиях самоизоляции (опыт работы школы)	238
<b>Чайников П.Н., Архангельская В.О., Черкасова В.Г., Муравьев С.В., Кулеш А.М.</b> Оценка функционального состояния вегетативной нервной системы спортсмена в предсоревновательном и соревновательном периодах тренировочного цикла. Клиническое наблюдение	242
<b>Чесно А.В.</b> Организация тренировочного процесса бегунов с травмами нижних конечностей	247
<b>Чучвага Д.А.</b> Круговая тренировка как средство повышения уровня физической подготовленности военнослужащих надводного корабля	252
<b>Шадрина В.А., Шорохова Л.Б.</b> К вопросу о реализации целей Федерального проекта «Старшее поколение» в спортивно-оздоровительном центре города Перми	254
<b>Шалагинов В.Д., Дорноступ И.Б.</b> Эволюция и перспективы развития пожарно-спасательного спорта на пути к профессиональному спорту	257
<b>Шарыгина И.Т., Мехоношин Д.А.</b> Обоснование рекомендаций по организации тренировочного сбора хоккейной команды	262
<b>Шегельман И.Р.</b> Интенсификация патентования в области физической культуры и спорта	267
<b>Яковлев А.Н., Маринич В.В.</b> Влияние физкультурно-спортивной деятельности на педагогический процесс средствами спортивных игр	273

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ ОТДЕЛЕНИЯ ЕДИНОБОРСТВ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ

УЛЬЯШИНА Н.А., СЕДИН В.И., МОКИНА Е.С., ВАЩЕНКО А.С.

*Муниципальное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Вымпел» города Калуги, г. Калуга, Россия*

**Аннотация:** Основной целью психологического сопровождения является повышение эффективности спортивной подготовки, соревновательной деятельности и сохранение психологического здоровья спортсменов. Психологическое сопровождение в спортивных единоборствах осуществляется с помощью различных мероприятий, среди которых важное место занимает диагностика психологических особенностей спортсменов, проводимая с учетом их возрастных особенностей и этапа подготовки. Результаты психодиагностики индивидуально-типологических особенностей каждого спортсмена являются основой для разработки мероприятий психологического сопровождения на тренировочный год, которые направлены на повышение эффективности спортивной подготовки спортсменов.

**Ключевые слова:** спортивная подготовка, спортивные единоборства, психологическая диагностика, психологическое сопровождение, психолого-педагогические рекомендации.

## MARTIAL ART ATHLETES' PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS IN DIFFERENT TRAINING STAGES

ULYASHINA N.A., SEDIN V.I., MOKINA E.S. VASHCHENKO A.S.

*Municipal autonomous establishment «Sports school of the Olympic reserve «Vympel», Kaluga, Russian Federation*

**Abstract:** The psychological support main purpose is the sports training effectiveness increase, competitive activity and keeping the athletes' psychological health. Psychological support in martial arts is provided through the activities variety and the athletes' psychological features diagnostics, accounting their age and training stage, takes an important place. The psychodiagnosics results of each athlete's individual-typological features are the basis for the psychological support measures development for the training year, which are aimed at the athletes' sports training effectiveness increase.

**Keywords:** sports training, martial arts, psychological diagnosis, psychological support, psycho-pedagogical recommendations

По мнению многих исследователей (Бабушкин Г.Д., Горбунов Г.Д., Зайгайнов Р.М. и др.) психологическая подготовка предусматривает «активизацию всей системы способностей к определенному виду труда... формирование не отдельных свойств личности самих по себе, а укрепление взаимосвязи всех свойств, необходимых для определенной деятельности, и формирование умения пользоваться ими именно в данной деятельности» [1, 3, 7]. Таким образом, осуществление психологической подготовки конкурентоспособных спортсменов

возможно на основе комплексного подхода, предусматривающего не только системное изучение индивидуальности каждого спортсмена и динамики его личностного роста, но и его психологическую предрасположенность к данному виду спорта, а также необходимость прохождения многоуровневой индивидуально ориентированной психологической подготовки в дальнейшем.

Так, в процессе реализации экспериментального (инновационного) проекта «Оптимизация системы психологической подготовки спортсменов, специализирующихся в спортивных единоборствах, в условиях спортивной школы» были выявлены психологические особенности, характерные для большинства спортсменов, занимающихся на отделении единоборств в СШОР «Вымпел».

В исследовании приняли участие 300 спортсменов, занимающихся такими видами единоборств, как дзюдо, самбо, карате, тхэквондо, кикбоксинг, универсальный бой. Исследование было осуществлено с помощью специально подобранного психологического инструментария с учетом возрастных особенностей респондентов и этапа подготовки.

На **этапе отбора** были получены следующие результаты:

1 С помощью специально разработанной нами анкеты выявлено, что в 68% случаях выбор вида спорта сделан одним из родителей, 23% родителей отметили, что выбор был сделан самим ребёнком, в 9% семей выбор был сделан бабушками, дедушками и др. При этом 47% родителей ожидают, что их дети станут более крепкими физически. Мечта, что ребёнок станет чемпионом и мастером спорта, есть у 43% родителей, 8% родителей надеются на улучшения волевых качеств (целеустремлённость, сила воли, самооценка, уверенность в себе) и более дисциплинированными хотят видеть своих детей 2% родителей.

2 С помощью методики «Личностный опросник Г. Айзенка» (детский вариант) [5] выявлено, что 51% поступивших спортсменов имеют сильную, уравновешенную и подвижную нервную систему (сангвиники), 22% – сильную, подвижную, неуравновешенную нервную систему с преобладанием возбуждения над торможением (холерики), 18% – сильную уравновешенную и инертную (флегматики) и только у 9% обследованных выявлена слабая, неустойчивая и инертная нервная система (меланхолики) (рисунок 1). Таким образом, значительное большинство юных спортсменов, поступивших на отделение единоборств, имеют сангвинический темперамент. Для них характерно проявление спокойствия, доброжелательности. Они отличаются экстравертированностью, быстротой реакций.

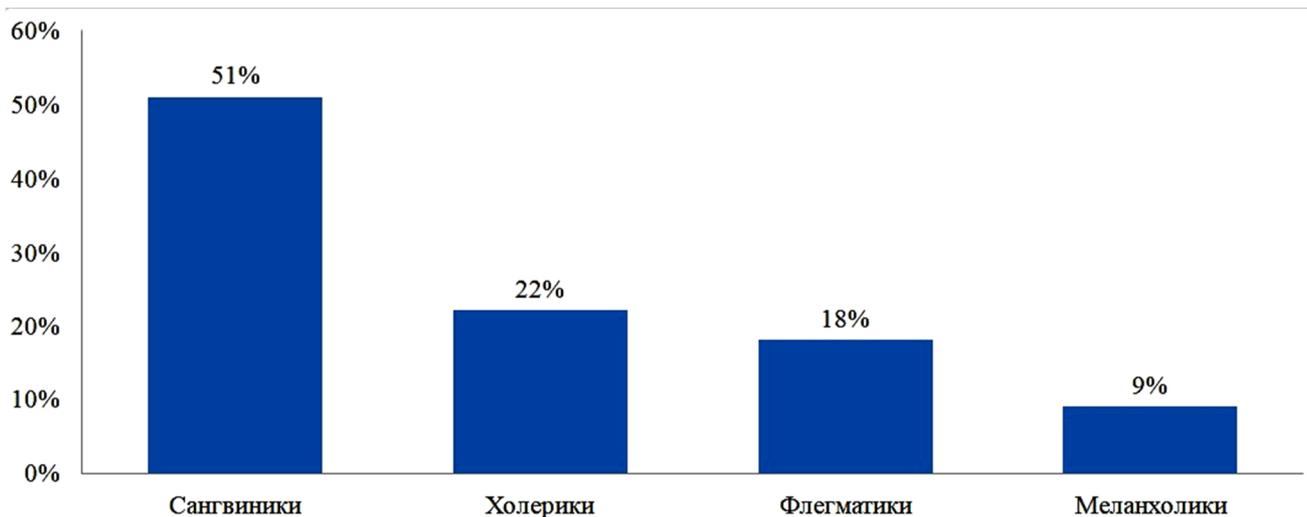


Рисунок 1. - Распределение видов темперамента среди юных спортсменов-единоборцев

Данная категория спортсменов обладает лидерскими способностями, высокой энергичностью. Для них характерна активная деятельность и эмоциональная стабильность.

3 При исследовании отношения к тренировочным занятиям у юных спортсменов (цветовой тест М. Люшера [5]) выявлено, что 80% из них относятся к тренировочным занятиям положительно, т.е. ожидают от занятий только хорошее, склонны слушаться тренера, выполнять его указания, проявлять активность на тренировках. Однако выявлена и группа детей (20%), которые относятся к занятиям отрицательно, проявляют протест против тренировок. Особенно это заметно у тех детей, (как показывает исследование) для которых выбор вида спорта сделан родителями, без учета реальных способностей (возможностей) своего ребенка, не учитывая реальные желания ребенка в выборе того, чем он хотел бы заниматься. Эти дети проявляют неустойчивый интерес к занятиям спорта, выражают свое недовольство, как правило, идут на тренировки «через силу».

**На этапе начальной подготовки** (далее - НП) были получены следующие результаты:

1 С помощью методик диагностики спортивной мотивации (Г.Д. Бабушкин) и степени устойчивости интереса у спортсменов к занятиям спортом [1] выявлено, что у 53% их мотивация направлена, прежде всего, на тренировочный процесс, а у 47% - на соревновательную деятельность.

У 50% обследованных детей отмечается недостаточно устойчивый интерес, 33% имеют неустойчивый интерес и лишь 17% имеют устойчивый интерес к спортивной карьере (рисунок 2).

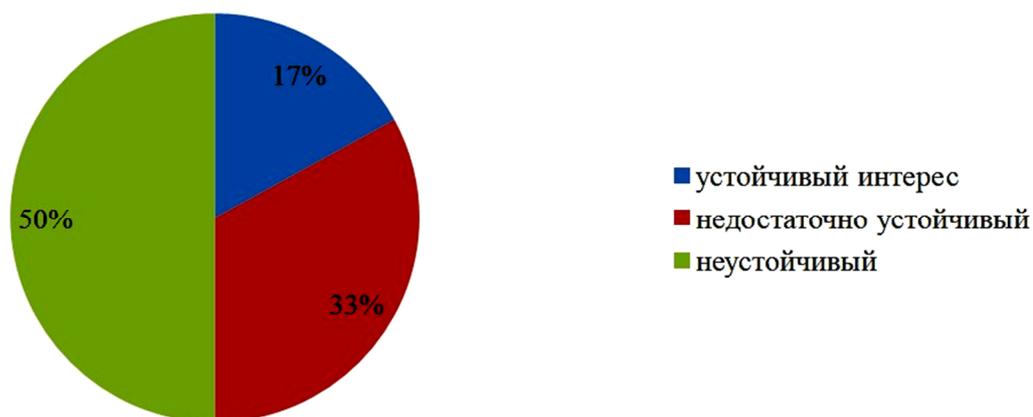


Рисунок 2. – Выраженность устойчивости интереса к спорту у юных спортсменов

2 С помощью методики диагностики психических состояний спортсменов (В.Ф. Сопов, Ч.Д. Спилбергер) [2] выявлено, что 29% юных спортсменов стремятся к соревновательной деятельности, 25% - входят в группу тренировочного оптимума, 17% - испытывают состояние страха, ожидания провала, 13% - испытывают состояние беспокойства, а у 10% спортсменов отмечается состояние беспечности. Изучаемые показатели у 6% спортсменов выходят за пределы предлагаемой авторами схемы (рисунок 3).

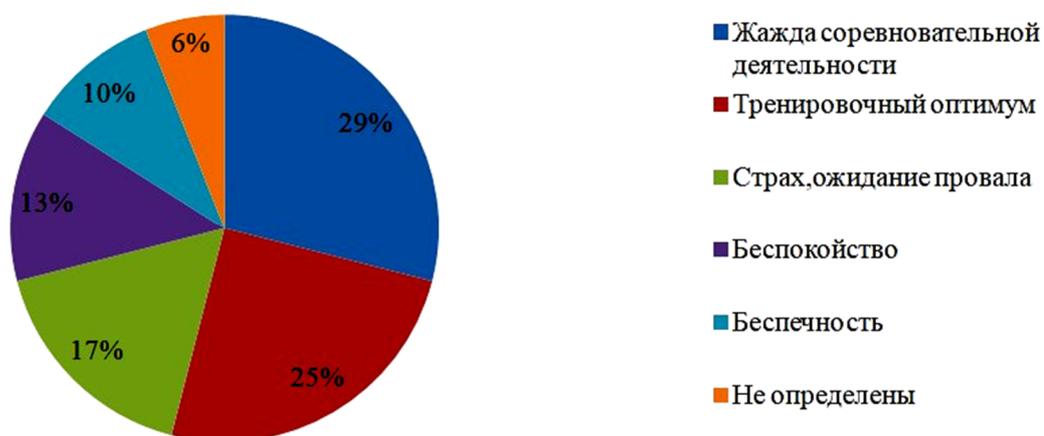


Рисунок 3. – Результаты исследования психических состояний у спортсменов

На **этапе спортивной специализации** (далее – СС) были получены следующие результаты:

1 С помощью методики изучения уровня самооценки и уровня притязаний (А.М. Прихожан) [11] выявлено, что для всех (100%) спортсменов характерен высокий уровень самооценки и притязаний.

2 С помощью методики изучения потребности в достижении поставленных целей (Ю.М. Орлов) [12] выявлено, что для 79% спортсменов характерен средний уровень, у 14% выявлен высокий уровень и у 7 % спортсменов выявлен низкий уровень изучаемой потребности (рисунок 4).

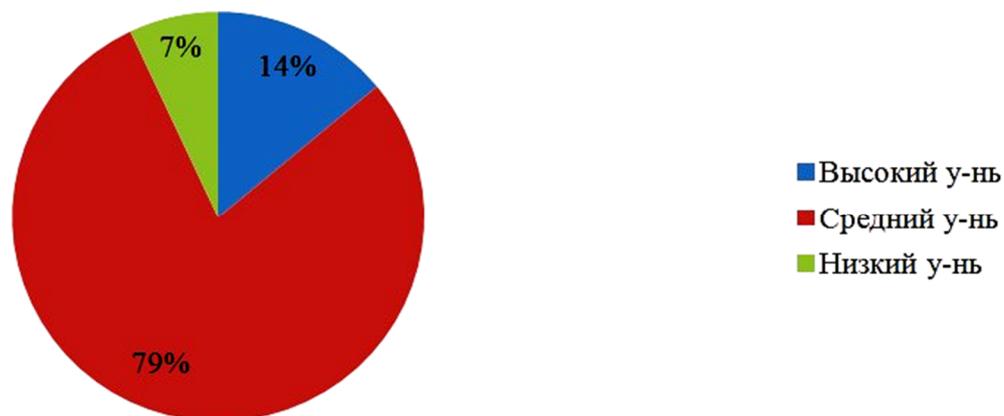


Рисунок 4. – Результаты исследования уровня потребности у спортсменов (этап СС) в достижении поставленных целей

3 С помощью методики диагностики психических состояний спортсменов (В.Ф. Сопов, Ч.Д. Спилбергер) [2] выявлено, что у 27% спортсменов отмечается выраженное стремление к соревновательной деятельности, 19% спортсменов испытывает состояние беспокойства, 16% спортсменов испытывают страх, ожидание провала, а у 13% - показатели выходят за пределы средних значений предлагаемой авторами методики. При этом 10% спортсменов входят в группу тренировочного оптимума и 6% спортсменов имеют завышенные ожидания (рисунок 5).

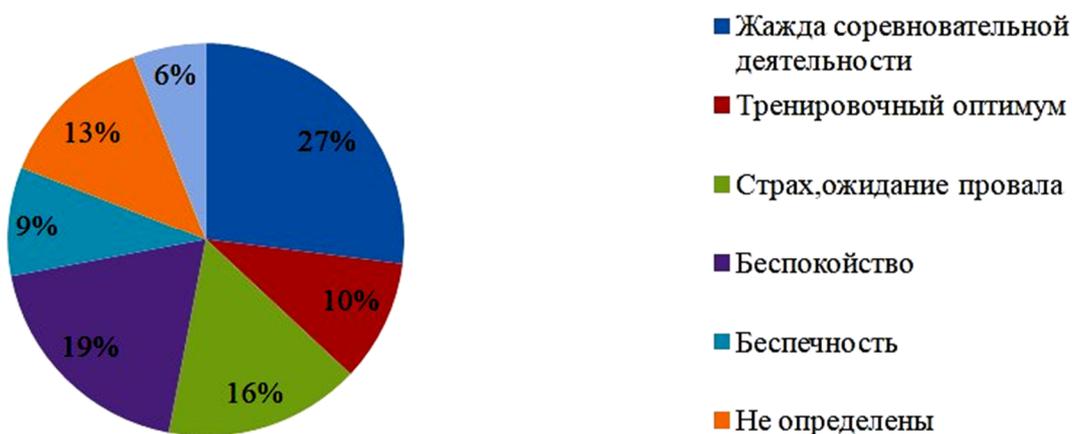


Рисунок 5. – Результаты исследования психических состояний у спортсменов

4 Изучение тревожности у спортсменов (методика изучения тренировочной тревожности Филлипса, модификация О.В. Демидович, Е.В. Мельник) [1] показало, что 61% спортсменов испытывают социальный стресс, связанный с межличностными отношениями со сверстниками в тренировочной группе. У остальных 39% спортсменов отмечается отсутствие признаков тренировочной тревожности.

5 В ходе изучения акцентуаций характера и темперамента (методика Леонгарда - Шмишека) [9] выявлено, что у 45% спортсменов выявлен

гипертимный тип акцентуации, т.е. такие спортсмены находятся в повышенном настроении в сочетании с жадой деятельности, высокой активностью и предприимчивостью. У 35% спортсменов выявлен экзальтированный тип акцентуации, им свойственен большой диапазон эмоциональных состояний, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние от печальных. У 8% спортсменов выявлен возбудимый тип акцентуации характера, им свойственна повышенная импульсивность, ослабление контроля над влечениями и обсуждениями. У 8% спортсменов выявлен эмотивный тип акцентуации, это чувствительные и впечатлительные люди, отличаются глубиной переживаний в области тонких эмоций в духовной жизни человека. У 4% спортсменов выявлен тревожный тип акцентуации характера, основной чертой которых является склонность к страхам, повышенная робость и пугливость, высокий уровень тревожности (рисунок 6).

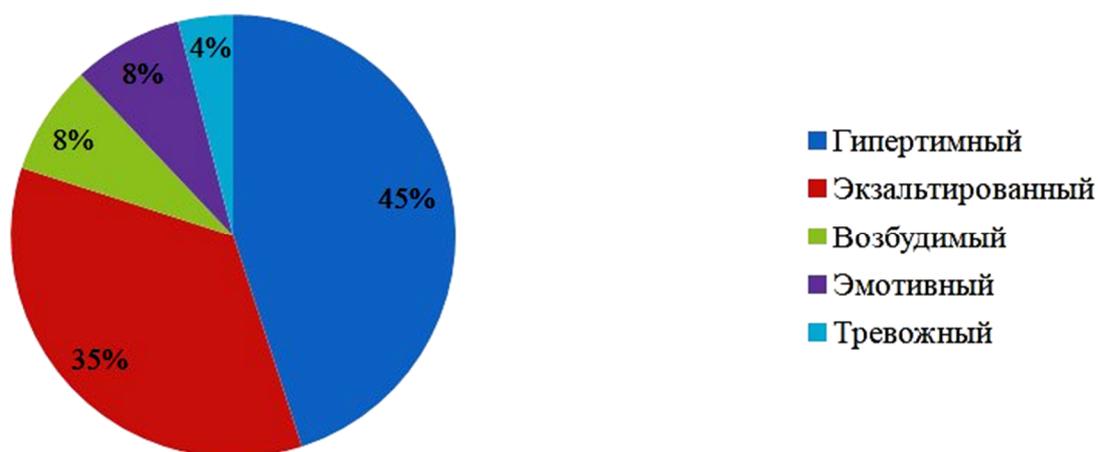


Рисунок 6. - Распределение типов акцентуаций характера у спортсменов

6 В ходе изучения выраженности лидерских качеств у спортсменов (Р.С. Немов) [10] выявлено, что у 24% спортсменов выражены качества лидера, у 64% - выражены средне и у 12% спортсменов качества лидера выражены слабо (рисунок 7).

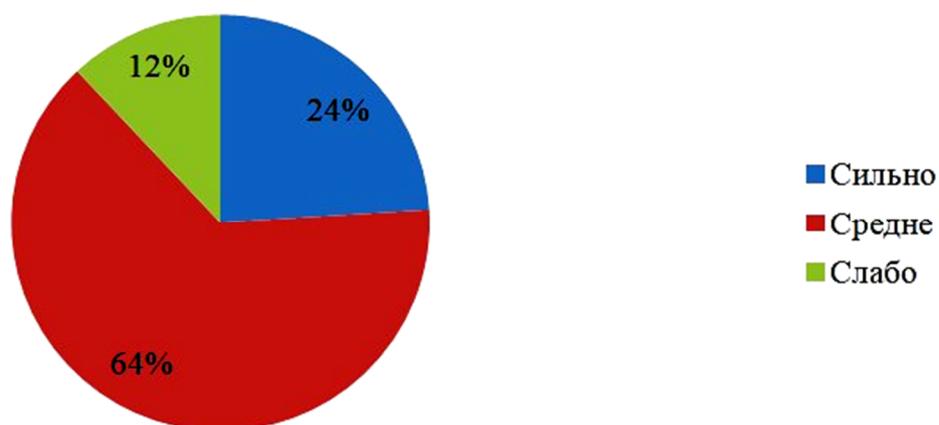


Рисунок 7. – Результаты исследования выраженности качеств лидера у спортсменов

**На этапе совершенствования спортивного мастерства** (далее - ССМ) были получены следующие результаты:

1 С помощью измерения уровня потребности в самосовершенствовании у спортсменов (Г.Д. Бабушкин) [1] у 67% спортсменов выявлен высокий уровень потребности в самосовершенствовании, у 33% - средний уровень.

2 Диагностика индивидуально-типологических особенностей спортсменов (Л.Н. Собчик) (взрослый вариант) [12] показала, что у 89% спортсменов выявлены избыточные характеристики по таким шкалам, как «Сензитивность», «Интроверсия» и «Тревожность», то есть для значительного большинства спортсменов этапа ССМ характерным является впечатлительность, склонность к рефлексии, пессимистичность в оценке перспектив, обращенность в мир субъективных представлений и переживаний, тенденция к уходу в мир иллюзий, фантазий и субъективных идеальных ценностей, сдержанность, замкнутость, чрезмерная эмоциональность и чувство незащищённости. У 11% выявлена гипозмотивность (шкалы «Ригидность установок» и «Спонтанность»), то есть для спортсменов этапа ССМ характерным является плохое самопонимание в стремлениях, в отстаивании своих взглядов и принципов, а также непродуманность в высказываниях и поступках. Остальные показатели находятся в пределах нормы.

3 В процессе диагностики психических состояний спортсменов (методика СУПОС-8) [6] выявлено, что в ходе тренировочных занятий всем спортсменам (100%) свойственны психическое спокойствие, чувство силы и энергии и стремление к действию, а в момент соревнований – могут проявляться опасение, тревога, тревожные ожидания и импульсивная реактивность.

На этапе **высшего спортивного мастерства** (далее - ВСМ) в ходе обследования были получены следующие результаты:

1 У 100% спортсменов выявлено позитивное самоотношение к себе (методика оценки уровня самоотношения, В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) [13], т.е. наблюдается принятие собственной личности в целом, переживание чувства уверенности в себе, ощущение ценности своего «Я».

2 С помощью опросника индивидуально-типологических особенностей (Л.Н. Собчик) (взрослый вариант) [12] у 72% спортсменов выявлены данные, свидетельствующие о том, что для значительного большинства спортсменов характерным является впечатлительность, склонность к рефлексии, пессимистичность в оценке перспектив, обращенность в мир субъективных представлений и переживаний, тенденция к уходу в мир иллюзий, фантазий и субъективных идеальных ценностей (шкалы «Сензитивность» и «Интроверсия»). У 28% выявлена гипозмотивность (шкалы «Ригидность установок», «Лабильность» и «Спонтанность»), в свою очередь говорит о том, что у спортсменов с высокой вероятностью

может проявляться плохое самопонимание в стремлениях, в отстаивании своих взглядов и принципов, выраженная изменчивость настроения, мотивационная неустойчивость, а также непродуманность в высказываниях и поступках. Остальные показатели (другие шкалы методики) находятся в пределах нормы.

3 В ходе диагностики психических состояний спортсменов (СУПОС-8) [6] выявлено, что в момент тренировочных занятий всем спортсменам (100%) свойственны состояния: психическое спокойствие, чувство силы и энергии и стремление к действию, а в момент соревнований - опасение, тревога, тревожные ожидания и импульсивная реактивность.

Таким образом, по результатам проведенного исследования выявлены психологические особенности спортсменов отделения единоборств, специализирующихся на разных этапах подготовки, которые необходимо учитывать при проведении тренировок, прогнозирования соревновательной деятельности и формировании личности спортсмена.

В рамках реализации проекта Федеральной экспериментальной площадки на каждом этапе подготовки, в зависимости от полученных результатов, были разработаны психолого-педагогические рекомендации, включенные в планы мероприятий на тренировочный год, которые направлены на становление и повышение конкурентоспособности спортсменов. Сформированный пакет диагностических методик в дальнейшем позволит проследить изменения психологического состояния спортсменов в динамике из года в год, определить возможные пути решения проблемных сторон, соотнести полученные результаты с разработанными психоспортограммами для оценки и прогнозирования успешности спортивной деятельности спортсмена.

### **Литература**

- 1 Бабушкин Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учеб. пособие / Г.Д. Бабушкин. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2012. – 328 с.;
- 2 Воскресенская Е.В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика) / Е.В. Воскресенская, Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2015. – 53 с.;
- 3 Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта/ Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогун. — М.: Издат. центр «Академия», 2009. — 256с.
- 4 Головей Л.А. Практикум по возрастной психологии/ Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб.: Речь, 2002. – 694 с.;
- 5 Гребень Н.Ф. Психологические тесты для профессионалов/ Н.Ф. Гребень. – Мн.: Современ. школа, 2007. – 496 с.;
- 6 Енгальчев В.Ф., Психодиагностические методы исследования в СПЭ: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений. изд. 2-е, исп. и доп. / редакторы-составители В.Ф. Енгальчев, С.С. Шипшин.– Калуга: КГУ им. К.Э. Циолковского, 2013. – 390 с.;
- 7 Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога спорта / Р.М. Загайнов. - М.: Советский спорт, 2012. - 292 с.;

- 8 Ильин Е.П. Мотивация и мотивы/ Е.П. Ильин. — СПб.: Питер, 2002.- 512 с.;
- 9 Леонгард К. Акцентуированные личности/ К. Леонгард.- М.: Эксмо-Пресс, 2001. – 448 с.;
- 10 Мальцева Ю.А. Психология управления / Ю.А. Мальцева, О.Ю. Яценко. - Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2016.— 92 с.;
- 11 Прихожан А.М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога // Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик: сб. науч. тр. / НИИ общ. и пед. психологии; [Редкол.: И.В. Дубровина (отв. ред.) и др.]. - М.: АПН СССР, 1988. - 166 с.;
- 12 Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики/ Л.Н. Собчик.- СПб.: Речь, 2005. – 621 с.;
- 13 Столин В.В. Самосознание личности/ В.В. Столин. – М., 1984.- 284 с.;
- 14 Тихвинская Е.О. Психология переживаний в спорте/ Е.О. Тихвинская. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2007.- 48 с.

УДК 796.41

## **ХАРАКТЕРИСТИКА СВЯЗИ МЕЖДУ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ И РЕЗУЛЬТАТАМИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ГИМНАСТОВ**

**УМНОВ В.П., ЛАЗАРЬКОВА О.В.**

*Петрозаводский государственный университет, Петрозаводск, Россия*

**Аннотация:** целью статьи является оценка и анализ показателей физической и технической подготовленности и их влияние на спортивный результат у юных гимнастов. Для установления функциональной связи между показателями уровня развития физических качеств юных гимнастов и их спортивными результатами в соревнованиях применялся корреляционный анализ, который показал неоднородность полученных связей: в одном возрасте изучаемые физические качества положительно коррелируют со спортивным результатом, а в другом имеют даже отрицательный коэффициент корреляции.

**Ключевые слова:** физические качества, спортивно-техническая подготовленность, корреляционный анализ.

## **CONNECTION CHARACTERISTICS BETWEEN YOUNG GYMNASTS' PHYSICAL PREPAREDNESS AND RESULTS OF COMPETITIVE ACTIVITY**

**UMNOV V.P., LAZARKOVA O.V.**

*Petrozavodsk State University, Petrozavodsk*

**Abstract:** The purpose of the article is to evaluate and analyze the physical and technical preparedness indicators and their impact on the young gymnasts' sports result. To establish the functional relationship between the development level indicators of the young gymnasts' physical qualities and their sports results at the competitions, the correlative