

*Е.О. НЕСТРИЖЕНКО*, студентка, НТУ «ХПИ», Харьков  
*Е.И. БЛОШЕНКО*, преподаватель, НТУ «ХПИ», Харьков  
*Л.А. КРЕМЕНЧУТСКАЯ*, преподаватель, НТУ «ХПИ», Харьков

## **ОЦЕНКА ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОК-ВАТЕРПОЛИСТОК ПЕРЕД СОРЕВНОВАНИЯМИ**

У роботі розглядаються й аналізуються психічні стани кваліфіцирован-них спортсменок-ватерполісток, які впливають на змагальний результат. Отримані результати використовуються у вигляді рекомендацій для коректування состоя-ний, з метою підвищення результативності на змаганнях.

В работе рассматриваются и анализируются психические состояния квалифицированных спортсменок-ватерполисток, которые влияют на соревновательный результат. Полученные результаты используются в виде рекомендаций для корректировки состояний, с целью повышения результативности на соревнованиях.

This work studied and analyzes the mental conditions of skilled sportswomen of water-polo players, that affect the competitive outcome. The results are used in the form of recommendations to correct conditions in order to improve performance in competition.

**Ключевые слова:** спорт, соревнования, водное поло, психологическая подготовка, психические состояния, методы психодиагностики.

### **Введение**

Психическая подготовка является одной из составляющих при подготовке к соревнованиям. К сожалению, многие тренеры допускают ошибки в психологической подготовке. Они в основном настраивают спортсменок на победу, на тяжелую борьбу и не берут в рассмотрение, тот факт, что у спортсменок–ватерполисток может отсутствовать целенаправленность или агрессия.

С помощью анкетирования тренер лучше узнает психические состояния своих подопечных. Проанализировав результаты и дав нужный совет, тренер тем самым поможет ватерполисткам улучшить свои результаты на соревнованиях и привести их к успеху.

### **Постановка задачи**

Для работы потребовалось решить следующие задачи: 1) Теоретически обобщить и проанализировать информационные источники по вопросам психических состояний спортсменок по водному поло; 2) выявить особенности восприятия спортсменками пред-соревновательной ситуации с по-

мощью методов диагностики психических состояний; 3) разработать методические рекомендации для внесения корректировки в подготовку к соревнованиям.

### **Методология**

Психические состояния – наиболее подвижный элемент психологии спортсменов. Умелая психодиагностика психического состояния спортсмена может многое сказать о степени его соревновательной надежности, точнее спрогнозировать поведение спортсмена, внести коррективы в его соревновательную подготовку. Психологи А. Пуни, Г.Д. Горбунов, Г.Ю. Айзенк, В.М. Мельников, Л.Т. Ямпольский характеризуют психические состояния как временную динамику психической деятельности. Фрустрация, тревожность, апатия, целенаправленность; уверенность; ригидность, агрессивность и другие состояния влияют на соревновательный результат.

В исследовании использовались метод анкетирования, наблюдения, опроса, психологические методы психодиагностики и сравнительного анализа.

### **Результаты исследования**

Виды спорта многообразны, но все они требуют участия в спортивных соревнованиях и систематической тренировки. Разработка эффективных методов спортивной тренировки невозможна без изучения, с одной стороны, характерных черт и закономерностей спортивной деятельности, а с другой - психических состояний спортсмена как субъекта этой деятельности. Наряду с другими науками психология спорта призвана дать анализ важнейших сторон спортивной деятельности и тем самым помочь рациональному решению многих связанных с ней практических вопросов.

Различают два вида психологической подготовки спортсменов: специальную психологическую подготовку непосредственно к эффективному участию в будущем конкретном соревновании и общей психологической подготовке, понимаемой как всемерное развитие в процессе систематических тренировочных занятий психических функций и психологических качеств личности, необходимых спортсмену для успешной спортивной деятельности. Специальная психологическая подготовка спортсмена, являясь важнейшим и конечной задачей его подготовки, не может быть результативной, если она не опирается на его общую психологическую подготовку.

В данной работе рассматривается специальная психологическая подготовка. Профессор Г.Ю. Айзенк предлагает проводить анкетирование по изучению отношения спортсменов к конкретному соревнованию.

Анкетирование было проведено за 7 дней до соревнований. В нем принимало участие 7 спортсменок (мастера спорта, члены сборной команды Украины).

При проведении тестирования по методике самооценки психических состояний по Г.Ю. Айзенку выявлено, что в 4 случаях - тревожность низкая; в 3 случаях - тревожность имеет средний уровень. Фрустрация имеет низкий уровень в 5 случаях; в 2 случаях - средний уровень. Агрессивность в 2 случаях низкая; средний уровень агрессивности наблюдался в 3 случаях; высокий уровень - в 2 случаях. Ригидность имеет низкий уровень в 3 случаях; средний уровень - в 4 случаях.

Следовательно, при исследовании психических состояний в большинстве случаев тревожность и фрустрация оказались низкими, агрессивность - средне-низким, ригидность - средней.

Методом опроса практических тренеров и спортсменок были определены особенности подготовки к соревнованиям по водному поло. В результате бесед можно отметить, что отечественная методика подготовки к соревнованиям не полностью сформирована. Тренеры проводят предсоревновательную беседу исходя из следующих факторов: свои соображения и собственные находки. Тренер представлял краткую характеристику спортсменок, описывал их готовности к соревнованиям, спортсменки рассказывали о своем режиме дня: как спит, какой аппетит.

В результате наблюдения за спортсменками и их опроса удалось установить, что накануне соревнований у 2 спортсменок показатели самочувствия, активности, настроения снижены. У 5 опрошенных - эти показатели выше среднего. В двух случаях - это показатели самочувствия; в одном случае - - это активность; в 2 - это настроение. Итак, перед соревнованиями у квалифицированных спортсменок больше всего снижается активность, меньше - настроение.

### **Вывод**

Анализ психического состояния позволяет прогнозировать поведение спортсменок на соревнованиях.

Важность изучения психических состояний объясняется тем, что от их изменения зависит эффективность поведения и деятельности спортсменок-ватерполисток на соревнованиях.

Перед соревнованиями у спортсменок высокой квалификации снижаются активность и фрустрация, повышается настроение и агрессивность.

Такі показателі дозволяють настроїтися на змагання і зберегти сили.

Для ефективності спортивної діяльності необхідно своєчасно виявляти з допомогою методів психодіагностики психічні стани спортсменів і своєчасно проводити корекційну роботу.

**Список літератури:** 1. Колосов Ю.В. Підготовка ватерполіста. Учебне посібня / Ю.В. Колосов – М. 2003, – 128 с. 2. Неблагоприятні психічні стани спортсменів, їх діагностика і регуляція: учеб. посібня для студ. фізкультурних вузів / Е. М. Хекалов. - 2-е изд. - М. : Советський спорт, 2003. - 64 с. 3. Юров, І.А. Психологічне тестування і психотерапія в спорті. – М.: Советський спорт, 2006. -163 с. 4. Ильин Е.Л.. Психологія фізичного виховання: Учебник для інститутів і факультетів фізичної культури: 2-е изд., испр. И доп / Е.Л Ильин. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. – 486 с.

Надійшло до редколегії 17.01.2012

## УДК 657.622

**М.П. ХОХЛОВ**, д.е.н., проф., НТУ «ХП», Харків  
**К.Ю. ГУТНІК**, магістр, НТУ «ХП», Харків

### **ВИЗНАЧЕННЯ МЕТОДІВ ДІАГНОСТИКИ ФІНАНСОВОЇ СТІЙКОСТІ ПІДПРИЄМСТВА**

В роботі розглядаються методи удосконалення діагностики фінансової стійкості підприємства, з метою покращення його фінансової стабільності.

В работе рассматриваются методы усовершенствования диагностики финансовой устойчивости предприятия, с целью улучшения его финансовой стабильности.

The methods of improvement diagnostics financial firmness of enterprise are in-process examined, with the purpose improvement of him financial stability.

**Ключеві слова:** фінансова стійкість, фінансова рівновага, платоспроможність підприємства, методи діагностики, антикризове управління.

#### **Вступ**

Існує велика кількість сучасних українських підприємств, які знаходяться в кризовому стані, що вимагає впровадження активних антикризових заходів. Основою стабільного положення підприємства і умовою його життєдіяльності в ринкових умовах виступає фінансова стійкість. Тому постає актуальність питань, що обумовлені недостатністю теоретичних та методичних розробок забезпечення фінансової стійкості підприємства, за