

Література

1. Балбенко С. Ю. Виховання в студентів інтересу до занять фізичною культурою // Фізичне виховання дітей і молоді. – К., 2008. – 402 с.
2. Заболотний В. Ф. Дидактичні засади застосування мультимедіа у формуванні методичної компетентності майбутніх учителів фізики : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук : спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізика)»/В.Ф. Заболотний. – Київ. – 2010. – 38 с.
3. Інформаційні технології в освіті та формування інформаційного суспільства [Електронний ресурс] // інформаційні технології в освіті. – 2010. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=788694>.
4. Кадемія М. Ю. Інформаційно-комунікаційні технології в навчальному процесі : Навчальний посібник / Кадемія М. Ю., Шахіна І. Ю. / – Вінниця. : ТОВ «Планер». – 2011. – 220 с.
5. Козлакова Г. О. Теоретичні і методичні основи застосування інформаційних технологій у вищій технічній освіті / Г. О. Козлакова : Монографія. – К. : ІЗМН. ВІПОЛ. – 1997. – 180 с.
6. Роберт І. В. Современные информационные технологии в образовании / И. В. Роберт – М. : Школа-Пресс. – 1998. – 178 с.
7. Ровний А. С. Фізіологія рухової активності / А. С. Ровний, В. А. Ровний, О. О. Ровна. – Х. – 2014. – 344 с.

Reference

1. Balbenko S. Yu. (2008) Education for students of interest to physical education // Physical education of children and youth. - K. - 402 p.
2. Zabolotny V. (2010) Didactic principles of multimedia application in the formation of methodological competence of future physics teachers: author's ref. dis. for science. degree of Dr. ped. Science: special. 13.00.02 "Theory and methods of teaching (physics)" / VF Swampy. - Kyiv. - 38 p.
3. Information technology in education and the formation of the information society [Electronic resource] // information technology in education. - 2010. - Mode of access to the resource: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=788694>.
4. Kademiya M. Yu. (2011) Information and communication technologies in the educational process: Textbook / Kademiya M. Yu., Shakhina I. Yu. / - Vinnytsia. : Planer LLC. - 220 p.
5. Kozlakova G. (1997) Theoretical and methodical bases of application of information technologies in higher technical education / G. Kozlakova: Monograph. - K.: IZMN. VIPOЛ. - 180 p.
6. Robert I. (1998) Modern information technologies in education / IV Robert - M. : Shkola-Press. - 178 p.
7. Rovny A. (2014) Physiology of motor activity / A. Rovny, V. Rovny, O. Rovna. - H. - 344 p.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).84
УДК 796.835

Рихаль В.І.
Аспірант Львівський державний університет
фізичної культури імені Івана Боберського
Гуцул Н.З.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
старший викладач
Українська академія друкарства
Волк І.В.
Завідувач кафедри ФВ, аспірант
Львівський національний аграрний університет

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КІКБОКСЕРІВ МАСОВИХ РОЗРЯДІВ З УРАХУВАННЯМ ВАГОВИХ КАТЕГОРІЙ

У даній роботі визначено особливості психологічної підготовки в рівні реакцій антиципації та стандартизований метод дослідження особистості в кикбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій. В роботі досліджували рівень реакції антиципації та особистість спортсменів і проводився порівняльний аналіз показників між кикбоксерами масових розрядів з урахуванням вагових категорій. Дослідження проводилось на базі спортивного клубу «Тайфун», з участю кикбоксерів в кількості 30 спортсменів і які були поділені на три рівні групи. Із них 10 – I розряд (67кг), II розряд (70кг) – 10 чоловік і III розряд (74кг) – 10 чоловік. Вік спортсменів – 10-13 років які знаходились на етапі попередньої базової підготовки. В результаті дослідження сенсомоторної сфери кикбоксерами масових розрядів з урахуванням вагових категорій, що під час тестування спортсмени перебували у високій спортивній формі.

Ключові слова: кикбоксері, масові розряди, сенсомоторика, вагові категорії.

Рихаль В.И., Волк И.В., Гуцул Н.З. Исследование состояния сенсомоторной реакции кикбоксеров массовых разрядов с учетом весовых категорий. В данной работе определены особенности психологической подготовки в уровне реакций антиципации и стандартизированный метод исследования личности в кикбоксеров массовых разрядов с учетом весовых категорий. В работе исследовали уровень реакции антиципации и личность спортсменов и проводился сравнительный анализ показателей между кикбоксерами массовых разрядов с учетом весовых категорий. Исследование проводилось на базе спортивного клуба «Тайфун», с участием кикбоксеров в количестве 30 спортсменов и которые были разделены на три равные группы. Из них 10 - I разряд (67кг), II разряд (70 кг) – 10 человек и III разряд (74 кг) – 10 человек. Возраст спортсменов – 10-13 лет, которые находились на этапе предварительной базовой подготовки. В результате исследования сенсомоторной сферы кикбоксерами массовых разрядов с учетом весовых категорий, что во время тестирования спортсмены находились в высокой спортивной форме.

кг) - 10 человек и III разряда (74кг) - 10 человек. Возраст спортсменов - 10-13 лет, которые находились на этапе предварительной базовой подготовки. В результате исследования сенсомоторной сферы кикбоккерами массовых разрядов с учетом весовых категорий, что во время тестирования спортсмены находились в высокой спортивной форме.

Ключевые слова: кикбоксеры, массовые разряды, сенсомоторика, весовые категории.

Volodymyr Rykhal, Ihor Vovk, Hutsul Natali. Investigation of the state of sensorimotor reaction of kickboxers of mass discharges taking into account weight categories This paper identifies the features of psychological training in the level of anticipation reactions and a standardized method of studying the personality of kickboxers of mass categories, taking into account weight categories. The study investigated the level of anticipation reaction and the personality of athletes and conducted a comparative analysis of indicators between kickboxers of mass categories, taking into account weight categories. The study was conducted on the basis of the sports club "Typhoon", with the participation of kickboxers in the number of 30 athletes and who were divided into three levels. Of these, 10 - I category (67 kg), II category (70 kg) - 10 people and III category (74 kg) - 10 people. Age of athletes - 10-13 years who were at the stage of preliminary basic training. As a result of the study of the sensorimotor sphere by kickboxers of mass discharges, taking into account the weight categories that the athletes were in high sports form during the testing.

The results of the pedagogical experiment allowed to determine the current level of the state of six types of anticipation reactions and the tension of the sensorimotor sphere of kickboxers of mass discharges, taking into account weight categories.

In the course of the study, there are a number of differences between the indicators of kickboxers of mass discharges, taking into account different weight categories. The result is "slow anticipation", "rapid anticipation" and "difficult anticipation", in which it is recorded that the representatives of the first category show a higher time than "slow anticipation with an obstacle", "rapid anticipation with an obstacle" and "difficult anticipation with an obstacle".

As a result of the study, it was found that among kickboxers of mass discharges, taking into account different weight categories, there are significant differences in the level of sensorimotor indicators. This indicates a higher level of training of athletes and the achievement of greater results in competitive activities.

The growth of sportsmanship is determined by the formation of differences in certain personality traits of kickboxers of mass categories. This indicates that with the growth of sports achievements there is a decrease in the SMDO scale, which is interpreted as optimizing the perception of kickboxers of their sports activities and the harmoniously developed personality of athletes.

Key words: kickboxers, mass discharges, sensorimotor skills, weight categories.

Постановка проблеми. Мета і завдання кикбоксингу – фізичний, духовний розвиток і вдосконалення боксера, тобто гармонійний психофізіологічний розвиток особистості та рівень сенсомоторних функцій. Дослідження проблем розвитку особистості в спорті викладено в роботах Родионова А.В. [12], Иванченко Л.П. [8]; зміст та класифікація психологічної підготовки спортсменів досліджено такими науковцями як Ильин Е.П. [9], Атилов А.А. [1; 2]. Акцентуючи увагу на нероздільності процесів фізичного та психологічного розвитку та адаптації спортсменів, зауважимо, що одночасно із загальним фізичним розвитком кикбоксинг виховує ряд чисто психічних якостей, таких як холоднокровність, завзятість, рішучість і сміливість.

Одним із важливих індикаторів засвоєння і переносимості тренувальних навантажень в процесі становлення спортивною форми в спортивних єдиноборствах є стан їхньої сенсомоторики. Для визначення стану психічної сфери кикбоксера в практиці розроблено численну систему тестів. У наших дослідженнях використані тести з визначення точності різних видів реакції антиципації [3-6]. Як відомо, саме цей тип сенсомоторного реагування, що вимірюється за допомогою нейрохронометра «Діагностик – 3М» [15] найбільш адекватно відбивається стан сенсомоторики у спортсменів єдиноборців. За допомогою цього приладу визначається точність 6-ти видів реакції антиципації у єдиноборців, а також обчислювалися кількісні показники напруження сенсомоторної сфери спортсмена.

Антиципація є важливим психологічним етапом ефективності реалізації дій єдиноборців, зокрема кикбоксерів (сила та точність удару боксера і кикбоксера, точність уколу у фехтуванні), тому що важливим є момент початку атаки або контратаки, яка повинна відповідати своєчасності дії [19; 21].

Антиципація дає можливість спортсмену передбачити дії суперника, а також «критичну» відстань, при якій необхідно атакувати або захищатись [14; 15].

Психомоторні процеси, або психомоторика, представляють собою об'єктивне сприйняття людиною усіх форм психічного відображення дійсності, починаючи із відчуття й закінчуючи складними формами інтелектуальної активності [9].

При цьому в залежності від того, наскільки складний центральний момент реакції, розрізняють так звані прості та складні реакції. Тому можна зробити висновок, що просторово-часова антиципація є дуже важливим психологічним механізмом для ефективної реалізації виконавчих дій спортсмена-єдиноборця (сила та точність удару у боксера, точність уколу у фехтувальника), через те, що момент початку атаки (або контратаки), має відповідати критерію своєчасності [14].

Ефект просторово-часової антиципації дозволяє спортсмену розпізнавати у діях суперника ту «критичну» відстань і той часовий інтервал, при яких йому необхідно атакувати або захищатись [15].

Отримані результати тестування, дають змогу аналізувати та вносити корективи у навчально-тренувальний процес, при цьому, результати тестів мають велике значення для відбору кращих спортсменів для участі у змаганнях [2; 14].

У 70-ті роки ХХ ст. для відбору перспективних спортсменів і діагностування стану тренуваності боксерів часто застосовувалися реакції антиципації, а саме їх перцептивна (реакція на рухомий об'єкт) та рецепторна (почуття часу) форми [14; 15]. Проте, у зв'язку із різноманітністю та специфічністю проявів реакцій антиципації в різних видах спорту, з часом

інтерес до досліджень у цьому напрямку почав втрачатися. У той самий час у боксі, завдяки створенню комплексу тестів для визначення стану 6-ти провідних реакцій антиципації та застосуванню нейрохронометра «Діагностик – 3М», вдалося досягти певних успіхів у визначенні стану напруженості сенсомоторної сфери (НСС) спортсменів та відповідно їхньої готовності до змагальної діяльності [16; 17]. Цей досвід, на нашу думку, доцільно використати при підготовці кікбоксерів.

В змагальній діяльності важливою ланкою є психологічна підготовка спортсменів в спортивних єдиноборствах, зокрема в кікбоксингу. У спортивних єдиноборствах психологічна підготовка частково розглядалась у боксерів, тайбоксерів і кікбоксингу, а в кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій вона розглядається уперше. Саме це підтверджує актуальність нашого дослідження.

Мета роботи – визначити особливості психологічної підготовки в кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури; соціологічний метод (анкетування); педагогічне спостереження (нейрохронометрія); методи математичної статистики.

Організація дослідження. Дослідження проводилось на базі спортивного клубу «Тайфун», з участю кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій в кількості 30 спортсменів. Із них 10 – I розряд (67кг), 10 – II розряд (70кг) і 10 – III розряд (74кг). Вік спортсменів – 13-15 років, які знаходились на етапі попередньої базової підготовки. Досліджувався рівень показників 6-х різновидів реакції антиципації: «повільної» (ПА), «швидкої» (ША), та «складної» (СА), а також варіанти цих реакцій із перешкодою: ПАП, ШАП та САП. Окрім цього, розраховувався інтегральний показник – «напруженість сенсомоторної сфери» (НСС) [14]. Усі показники, окрім НСС, вимірюються в мілісекундах. Для виконання завдань цього дослідження використовувався нейрохронометр серії «Діагностик – 3М» [15; 16].

Виклад основного матеріалу. Як зазначалося, для визначення стану психічної сфери кікбоксерів нами досліджувалась точність різних типів реакцій антиципації. Як відомо саме цей тип реакцій найбільш адекватно показує стан сенсомоторики у спортсменів-однорозрядців [3-6]. Тести проводилися із спортсменами до початку тренування, після 5-хвилинної розминки [14].

Проведене нами тестування спортсменів дозволило визначити наявний рівень стану шести видів реакцій антиципації та напруженості сенсомоторної сфери кікбоксерів масових розрядів результати якого представлені у таблиці 1.

Таблиця 1.

Показники реакцій антиципації та напруженості сенсомоторної сфери кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій

Показники	I розряд (67)	II розряд (70)	III розряд (74)
	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$
ПА	24 ± 14	26 ± 6,9	27 ± 14
ПАП	35 ± 18	39 ± 5,8	42 ± 11
ША	27 ± 9,1	29 ± 5,2	29 ± 11
ШАП	35 ± 10	38 ± 4,6	41 ± 11
СА	27 ± 9,2	29 ± 7,8	36 ± 13
САП	35 ± 8,0	39 ± 10	44 ± 11
НСС	25 ± 12	31 ± 4,5	36 ± 11

Примітка: ПА – «повільна антиципація»; ПАП – «повільна з перешкодою»; ША – «швидка»; ШАП – «швидка з перешкодою»; СА – «складна»; САП – «складна з перешкодою»; НСС – «напруженість сенсомоторної сфери».

Результати тестування кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій представлені на рисунку 1.

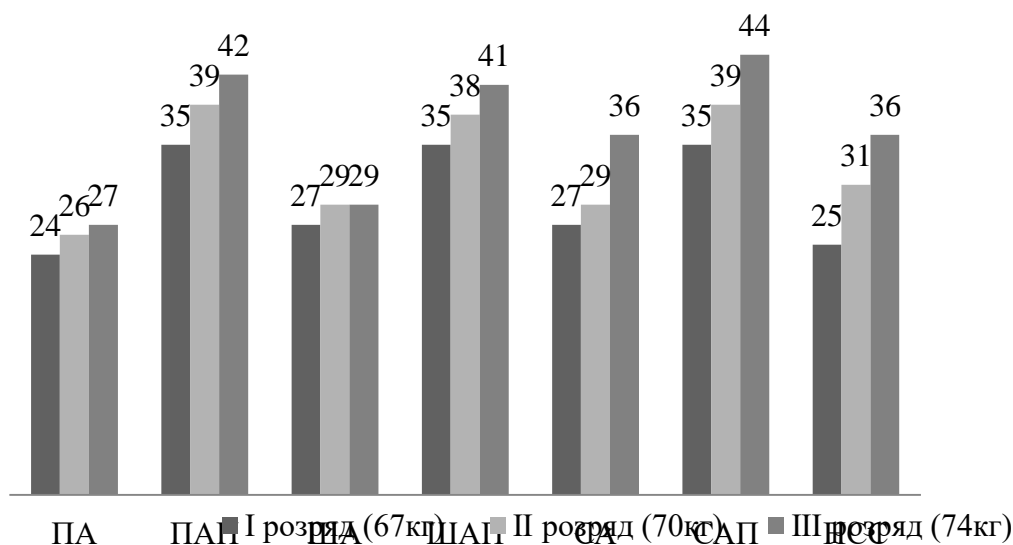


Рис. 1. Показники реакцій антиципації та напруженості сенсомоторної сфери кваліфікованих кікбоксерів різних стилів змагальної діяльності (мс): ПАП – «повільна антиципація з перешкодою»; ША – «швидка антиципація»; ШАП – «швидка з перешкодою».

антиципація з перешкодою»; СА – «складна антиципація»; САП – «складна з перешкодою антиципація»; НСС – «напруженість сенсомоторної сфери».

Необхідно зазначити, що показники сенсомоторики характеризуються відношенням – чим менше, тим краще. За результатами шести різновидів антиципації розраховується показник НСС.

При аналізі та обробленні даних використаний понятійний апарат, що описаний та запропонований в авторами [14; 15]. За окремими термінами, застосованими авторами методики у нас є певне відмінне бачення. Проте формулювання назв показників не впливає на сутність їх відображення сенсомоторних реакцій кікбоксерів масових розрядів з урахуванням різних вагових категорій (I розряд 67кг, II розряд 70 кг і III розряд 74 кг).

За отриманими результатами спостерігається наявність низки відмінностей між показниками кікбоксерів масових розрядів з урахуванням різних вагових категорій.

Підтвердження цього вбачаємо в результатах варіантів «повільної антиципації», «швидкої антиципації» та «складної антиципації». У цих трьох випадках зафіксовано, що представники I розряду демонструють вищий час ніж «повільна антиципація з перешкодою», ШАП – «швидка антиципація з перешкодою» та САП – «складна антиципація з перешкодою». Дещо нижчими показниками виявились у спортсменів II розряду і найнижчими показниками – III розряд. Також у цих результатах є достовірні відмінності, які пов'язані з приналежністю кікбоксерів масових розрядів з урахуванням різних вагових категорій. Загально групові показники для «швидкої антиципації» коливаються в межах від 27 до 29 мс ($p>0,05$) та «складної антиципації» – 27-36 мс ($p>0,05$). Це вказує на те, що спортсмени при ускладненні завдань сприйняття подразників, за рахунок збільшення його швидкості, в більшій мірі мобілізують свої функціональні можливості.

Загалом відмінності між усіма видами сенсомоторних реакцій, які містили перешкоди перебували в різному діапазоні «повільна антиципація з перешкодою» (від 24 до 27 мс, $p>0,05$), «повільна антиципація», (від 35 до 42 мс, $p>0,05$) «швидка антиципація» (від 27 до 29 мс, $p>0,05$), «швидка антиципація з перешкодою» (від 35 до 41 мс, $p>0,05$), «складна антиципація» (від 27 до 36 мс, $p>0,05$), «складна з перешкодою антиципація» (від 35 до 44 мс, $p>0,05$). Це вказує на наявність певного резерву щодо підвищення результативності, зокрема в таких проявах як «повільна антиципація з перешкодою», «швидка антиципація з перешкодами» та «складна реакція з перешкодами». Вони за переконанням фахівців та об'єктивними чинниками мали бути на дещо вищому рівні, адже є визначальними для забезпечення результативності змагальної діяльності в кікбоксингу [7; 10; 11; 13].

За показником сенсомоторних реакцій «напруженістю сенсомоторної сфери» можемо спостерігати найнижчий показник в спортсменів I розряду (67 кг) (26 мс), представники II розряду (70 кг) (31 мс) і III розряду (74 кг) (36 мс) ($p>0,05$).

Ефективність навчально-тренувального процесу в спортивних єдиноборствах (кікбоксинг) багато в чому залежить від особових властивостей, які характерні для спортсменів, що займаються кікбоксингом, який вимагає від спортсменів терпіти больові відчуття, долати фізичний і моральний опір супротивників. Тому, опираючись на дану причину досліджуємо проблему особистості кікбоксера, для виявлення професійно важливих властивостей його психіки може відповісти на обрані питання які важливі з позиції правильного планування тренувальної і змагальної діяльності кікбоксерів, яка направлена на вдосконалення їх техніко-тактичної майстерності. Тому для поставленої перед нами задачі ми використовували стандартизований метод дослідження особистості (СМДО). Результати даного дослідження представлені на загальному малюнку, який відображає параметри особистості кікбоксерів масових розрядів з урахування вагових категорій.

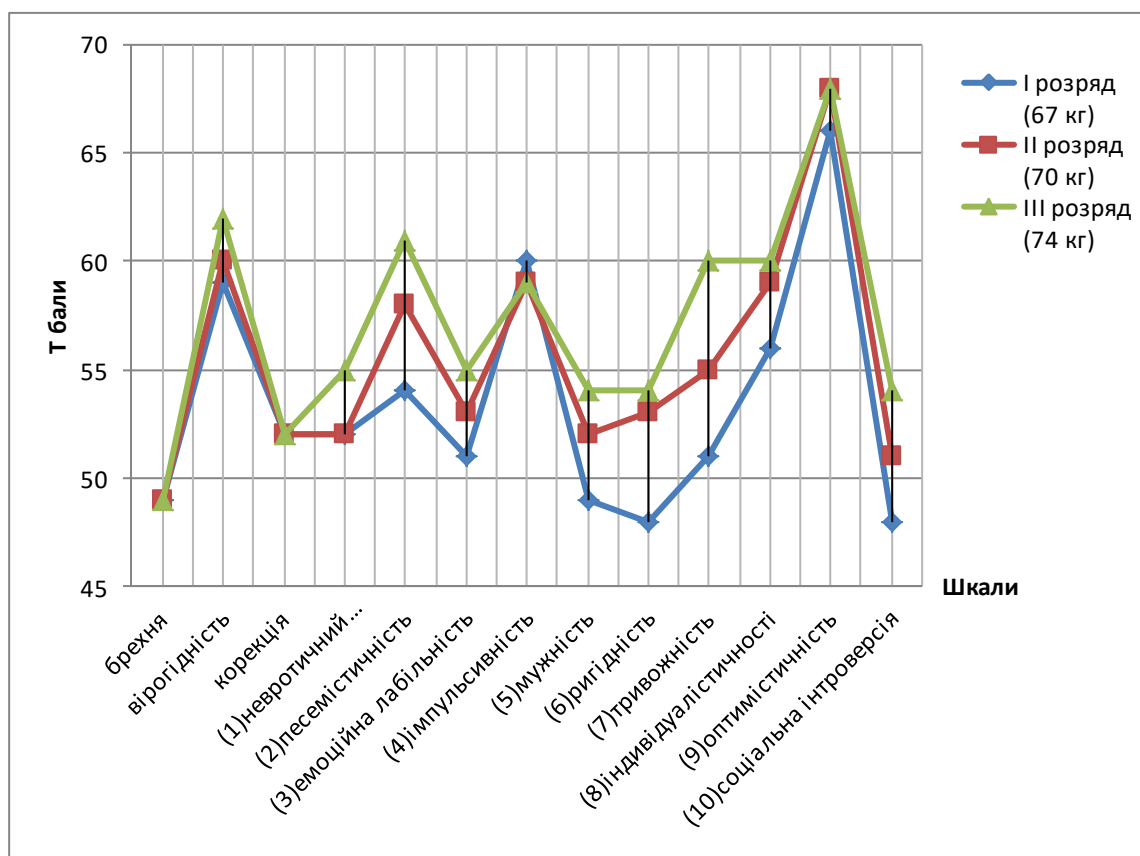


Рис. 2. Узагальнений профіль особистості кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій.

Проаналізуємо отримані результати шкали, і також звернемо увагу на їх достовірність, які дозволяють визначити надійність отриманих результатів і відношення випробуваних до процедури обстеження (рис. 2). Отже перша шкала «брехні» (шкала L), яка показує, наскільки щирим був обстежуваний під час тестування, і це не повинно перевищувати 70 Т. Результат не перевищував L - 49 Т, отже, досліджуючі сумлінно відносились до процедури тестування і відповідали правдиво. Наступна шкала достовірності дозволяє судити про надійність отриманих результатів (шкала F). Результати за проведенням тестуванням «вірогідності» показали, що кікбоксери I розряду F - 59 Т, кікбоксери II розряду F - 60 Т і III розряду F - 62 Т. Тобто дані показники не виходять за рамки нормативного коридору, який повинен бути рівний 70 Т - 30 Т. Шкала «корекції» (шкала K) - виявляє ступінь спотворення профілю, пов'язаного із закритістю випробуваного. Як показують результати дослідження, опитані кікбоксери масових розрядів відповідали на поставлені запитання достатньо відверто, оскільки дані шкали «F» вищі, ніж показники шкали «K». це свідчить про достовірність отриманих результатів.

Аналіз шкали СМДО (0 - 9), отриманих на основі усереднених індивідуальних показників обстежуваних спортсменів (кікбоксерів масових розрядів), свідчить, що узагальнені психологічні профілі у кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій достатньо схожі, і в значній мірі не виходять за рамки нормативного коридору. Отже, на узагальненому малюнку існує два явно виражених піки, відповідно, - 2 і 9 шкали.

Результати, які отримані по першій шкалі, яка виявляє «мотивацію» у особи на відповідність прийнятим в соціумі нормативним критеріям, свідчать про те, що вони знаходяться в рамках «ідеально-нормативного» середнього профілю, що відповідає теоретично середній нормі (45 Т - 55 Т). Також, якщо рівень профілю першої і третьої шкали однаковий, то свідчення першої шкали є менш значущі в порівнянні з третьою шкалою, яка позначена, як шкала «емоційна лабільність». Саме ця особливість спостерігається в нашому дослідженні (рис 2). Отже, можна припустити, що із зростанням спортивної майстерності у кікбоксерів підвищується емоційна стійкість, а також знижується чутливість до зовнішніх впливів, це підтверджується в дослідженні авторів [18; 20].

Друга шкала «песемістичності» як один з провідних піків на малюнку, що не виходить за межі норми, дозволяє стверджувати про переважання пасивної особистості позиції. Одночасне підвищення показників 2-ї і 9-ї шкал, що спостерігається в нашому дослідженні, свідчить про схильність у спортсменів до перепадів настрою. Отримані результати підтверджують, що із зростанням кваліфікаційної майстерності показники 2-ї шкали знижуються, при постійному значенні 9-ї шкали, що може трактуватися як наявність стабілізуючого впливу знань кікбоксингом на психіку спортсменів.

Особливу увагу в отриманому малюнку, з позиції виявлення професійно значущих властивостей особистості кікбоксерів масових розрядів, представляє 4 - а шкала «імпульсивності». Значне підвищення даних по цій шкалі характеризує активну особисту позицію респондентів, їх високу пошукову активність, переважання мотивації досягнення, упевненість і швидкість в прийнятті рішень. На рисунку видно, що показник 4 - ї шкали у кікбоксерів масових розрядів практично на новому рівні і формують один з піків профілю.

Кількісні дані, одержані за п'ятою шкалою, в рамках нормативного коридору, відносно низькі, що характеризує типовий чоловічий стиль поведінки: жорсткість характеру, відсутність сентиментальності, прагнення до самостійності.

На узагальненому рисунку у спортсменів масових розрядів спостерігаються відносно низькі, в порівнянні з іншими шкалами, показники шостої шкали «ригідності». Як з'ясувалося з матеріалів дослідження, у кікбоксерів із зростання кваліфікації показники шостої «ригідності» та сьомої «тривожності» шкал знижуються. Тому, можна стверджувати, що професійна діяльність в кікбоксингу сприяє підвищенню функціональної лабільності і зниженню спонтанної тривожності, що відповідає висновкам інших дослідників [18; 20].

Незначне підвищення у кікбоксерів масових розрядів по восьмій шкалі «індивідуалістичності», яка свідчить про виражену потребу у кікбоксерів в актуалізації своєї індивідуальності, в потребі самовираженості і власного «Я».

На представленому рисунку основним піком, що характеризує одну з властивостей особистості кікбоксерів масових розрядів, є дев'ята шкала «оптимістичності». Це один з найвищих показників на шкалі, який знаходиться у межах норми і відображає активну життєву позицію досліджуваних, упевненість їх в собі, високу мотивацію в досягненні спортивних результатів, орієнтовану на більшу міру моторної рухливості. У стресовій ситуації спортсмени з високими показниками по дев'ятій шкалі проявляють надмірну, не завжди доцільну активність, при цьому вони можуть наслідувати лідируючі особливості. Як видно з досліджуваних матеріалів, у кікбоксерів масових розрядів показники дев'ятої шкали практично на одному рівні. Отже, виділені особливості психіки кікбоксерів (активна життєва позиція, упевненість в собі, висока мотивація досягнення), є професійно важливими якостями, а рівень їх прояву практично не змінюється із зростанням кваліфікації. Отже, це свідчить про низькі показники по шкалі 0, що відображає протилежну тенденцію.

Висновки. В результаті дослідження психологічної підготовки встановлено, що в сенсомоторній реакції за показником «напруженості сенсомоторної сфери» НСС кікбоксерів масових розрядів з урахуванням різних вагових категорій показав, що наявний рівень НСС знаходиться на високому рівні, що свідчить про високий рівень тренуваності спортсменів. За показниками шести реакцій антиципації I розряд (67 кг) продемонстрував найвищий показник у сенсомоторній сфері в порівнянні з іншими розрядами.

Зростання спортивної майстерності визначають формування відмінностей в певних рисах особистості кікбоксерів масових розрядів. Це свідчить, що зі зростання спортивних досягнень відбувається зниження показників за шкалою СМДО, яку трактують як оптимізацію сприйняття кікбоксерами своєї спортивної діяльності і гармонійно розвинутої особистості спортсменів.

Перспектива подальших досліджень полягає у створенні модельних показників психологічної підготовки кікбоксерів масових розрядів з урахуванням вагових категорій на різних етапах підготовки.

Література

1. Атилов А. А. Современный бокс / А. А. Атилов. Ростов н/Д : Феникс, 2003. – 638 с.
2. Атилов А. А. Азбука бокса / А. А. Атилов. – М. : Феникс, - 2009. – 64 с.
3. Вачев С. Дослідження реакцій антиципації у тайбоксерів масових розрядів / С. Вачев // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 10. – Львів: НВФ «Українські технології», 2006. – Том 2. – С. 57–60.
4. Вачев С. Порівняльний аналіз рівня реакцій антиципації у тайбоксерів масових розрядів / Сергій Вачев, Галина Шутка // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2012. – Вип. 16, т. 1. – С. 19–22.
5. Гуцул НЗ. Дослідження рівня реакції антиципації у кваліфікованих кікбоксерів індивідуальних стилів ведення бою / Гуцул Наталія Зеновіївна // Молодий вчений. 2017; 3.1(43.1). – С. 116–119.
6. Гуцул НЗ, Савчин МП. Динаміка рівня реакції антиципації у кваліфікованих кікбоксерів індивідуальних стилів ведення бою / Савчин Мирон Петрович // В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Зб. наук. пр. Вінниця; 2017;3(22), С. 274–279.
7. Гуцул Н. Аналіз змагальної діяльності кікбоксерів на етапі попередньої базової підготовки / Рихаль Володимир // В: [голов. ред. Г.М. Арзютов.]. Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науковопедагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. наук. пр. Київ; 2016; Випуск 3 К (123) 2020, с. 125–130
8. Иванченко Л. П. Психолого-педагогические факторы восприятия подростками физической культуры и спорта // Педагогика, психология та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. Наук. Пр. за ред. Єрмакова С. С. – Харків : ХДАДМ (ХХПІ), 2003. – №2. – С. 93-99
9. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека. / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 383 с.
10. Орел ПА. Кикбоксинг в Украине. Киев; 2000. 216 с.
11. Перрека Д, Малори Д. Кикбоксинг. Подготовка. Технические приемы. Поединки. Москва: Астрель АСТ; 2004. 175 с.
12. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта / А. В. Родионов. – М. : Академический проект, 2004. – С. 242-265.
13. Романов Ю.Н. Особенности долговременной адаптации кикбоксеров в системе интегральной подготовки [автореферат]. Челябинск; 2014. 46 с.
14. Савчин М. П. Тренуваність боксера та її діагностика / М. П. Савчин. – К.: Нора-прінт, 2003. – 220 с.
15. Савчин М. П. Нейрохронометр з мікропроцесорним управлінням «Діагностик – 3М» / М. П. Савчин, С. О. Антонов, А. О. Нікітенко // III-тя регіональна науково-практич. конф. «Роль Ф/К в здоровому способі життя»: Тези доповідей. – Львів: ЛДМІ, ЛДІФК, 1992. – С. 96–97.
16. Савчин М. П. Хронодинамометрія як метод наукових досліджень працездатності спортсменів в ударних одноборствах / М. П. Савчин, С. М. Вачев // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2005. – Вип. 8. – С. 148–149.
17. Савчин М. Система измерения боксерских ударов / М. Савчин, О. Савчин, М. Мизерский // Современный

олимпийский спорт: тез. докл. Междунар. науч. конгр. – К., 1997. – С. 104–105.

18. Жадан А.Б. Удосконалення ударних рухів боксерів на основі використання технічних засобів контролю : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. / Жадан Андрій Борисович. – Львів. 2006. – 170 с.

19. Aagaard P. Increased rate of force development and neural drive of human skeletal muscle following resistance training / P. Aagaard, E.B. Simonsen, J. L. Andersen, P. Magnusson, P. Dyhre-Poulsen // Journal of Applied Physiology. – 2002, Oct. – V. 93(4). – 1318–26.

20. Hutsul N. Comparative Analysis of the Kickboxers' Impact Techniques Indicators at the Preliminary Basic Training Stage Taking Into Account the Weight Categories / Rykhal, V., Okopnyy, A., & Vovk, I. // *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 20(3), 182-190. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2020.3.08>

21. Kessler J. Boxing psychology – why fights are won and lost in the head / J. Kessler, M. Smith // Journal of Shenyang Institute of Physical Education. – 2008. – Vol. 27. – Issue 2. – P. 53–58.

References

1. Atilov A. A. (2003) *Sovremennyiy boks* / A. A. Atilov. Rostov n/D : Feniks, 2003. – 638 s.
2. Atilov A. A. (2009) *Azbuka boksa* / A. A. Atilov. – M. : Feniks, - 2009. – 64 s.
3. Vachev S. (2006) *Doslidzhennia reaktsii antytsypatsii u taibokseriv masovykh rozriadiv* / S. Vachev // *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: Zb. nauk. prats z haluzi fizychnoi kultury ta sportu. Vyp. 10.* – Lviv: NVF «Ukrainski tekhnolohii», 2006. – Tom 2. – S. 57–60.
4. Vachev S. (2012) *Porivnialnyi analiz rivnia reaktsii antytsypatsii u taibokseriv masovykh rozriadiv* / Serhii Vachev, Halyna Shutka // *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny.* – L., 2012. – Vyp. 16, t. 1. – S. 19–22.
5. Hutsul NZ. (2017) *Doslidzhennia rivnia reaktsii antytsypatsii u kvalifikovanykh kikkokseriv indyvidualnykh styliv vedennia boiu* / Hutsul Nataliia Zenoviivna // *Molodyi vchenyi.* 3.1(43.1). – S. 116–119.
6. Hutsul NZ. (2017) *Dynamika rivnia reaktsii antytsypatsii u kvalifikovanykh kikkokseriv indyvidualnykh styliv vedennia boiu* / Savchyn Myron Petrovych // V: *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii.* Zb. nauk. pr. Vinnytsia; 3(22), S. 274–279.
7. Hutsul N.(2020) *Analiz zmahalnoi diialnosti kikkokseriv na etapi poperednoi bazovoi pidhotovky* / Rykhal Volodymyr // V: [holov. red. H.M. Arziutov.]. *Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu im. M. P. Drahomanova. Seriia 15, Naukovopedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport).* Zb. nauk. pr. Kyiv; 3 K (123) 2020, s. 125–130
8. Ivanchenko L. P. (2003) *Psihologo-pedagogicheskie faktoryi vospriyatiya podrostkami fizicheskoy kulturyi i sporta* // *Pedagogika, psihologiya ta metodiko-biologichni problemi fizichnogo vihovannia i sportu: Zb. Nauk. Pr. za red. Ćrnakova S. S.* – Harkiv : HDADM (HPI), 2003. – №2. – S. 93-99
9. Ilin E.P. (2003) *Psihomotornaya organizatsiya cheloveka.* / E. P. Ilin. – SPb. : Piter, 2003. – 383 s.
10. Orel PA. (2000) *Kikkoksing v Ukraine.* Kiev; 2000. 216 s.
11. Perreka D, Malori D. (2004) *Kikkoksing. Podgotovka. Tehnicheskie priemiy. Poedinok.* Moskva: Astrel ACT; 2004. 175 s.
12. Rodionov A. V. (2004) *Psihologiya fizicheskogo vospitaniya i sporta* / A. V. Rodionov. – M. : Akademicheskii proekt, 2004. – S. 242-265.
13. Romanov YU.N. (2014) *Osobennosti dolgovremennoy adaptatsii kikkokserov v sisteme integralnoy podgotovki* [avtoreferat]. CHelyabinsk; 2014. 46 s.
14. Savchyn M. P. (2003) *Trenovanist boksera ta yii diahnostryka* / M. P. Savchyn. – K.: Nora-print. – 220 s.
15. Savchyn M. P. (1992) *Neirokhronometr z mikroprotsesornym upravlinniam «Diahnostyk – 3M»* / M. P. Savchyn, S. O. Antonov, A. O. Nikitenko // III-tia rehionalna naukovo-praktych. konf. «Rol F/K v zdorovomu sposobi zhyttia»: *Tezy dopovidei.* – Lviv: LDMI, LDIFK. – S. 96–97.
16. Savchyn M. P. (2005) *Khronodynamometriia yak metod naukovykh doslidzhen pratsezdatnosti sportsmeniv v udarnykh odnobarstvakh* / M. P. Savchyn, S. M. Vachev // *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk.* – Vyp. 8. – S. 148–149.
17. Savchin M. (1997) *Sistema izmereniya bokserskikh udarov* / M. Savchin. O. Savchin. M. Mizerskiy // *Sovremenny olimpiyskiy sport: tez. dokl. Mezhdunar. nauch. kongr.* – K. – S. 104–105.
18. Zhadan A.B. (2006) *Udoskonalennia udarnykh rukhiv bokseriv na osnovi vykorystannia tekhnichnykh zasobiv kontroliu* : avtoref. dys... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.01. / Zhadan Andrii Borysovych. – Lviv. 2006. – 170 s.
19. Aagaard P. (2002) *Increased rate of force development and neural drive of human skeletal muscle following resistance training* / P. Aagaard, E.B. Simonsen, J. L. Andersen, P. Magnusson, P. Dyhre-Poulsen // Journal of Applied Physiology. Oct. – V. 93(4). – 1318–26.
20. Hutsul N. (2020). *Comparative Analysis of the Kickboxers' Impact Techniques Indicators at the Preliminary Basic Training Stage Taking Into Account the Weight Categories* / Rykhal, V., Okopnyy, A., & Vovk, I. // *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 20(3), 182-190. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2020.3.08>
21. Kessler J. (2008) *Boxing psychology – why fights are won and lost in the head* / J. Kessler, M. Smith // Journal of Shenyang Institute of Physical Education. – Vol. 27. – Issue 2. – P. 53–58.