

Влияние психоэмоционального напряжения на психофизиологические характеристики и физические качества танцоров и танцовщиц высокой квалификации

Успешность выступления танцоров на соревнованиях во многом зависит от его психоэмоциональной устойчивости. В зависимости от степени выраженности эмоционального фона выявлены полезные и негативные трансформации в организме спортсменов, которые отражаются на координации движений, точности рефлекторных реакций, физической работоспособности и гармоничного выступления пары в целом.

Цель работы: выявить половые различия психофизиологических характеристик танцоров высокой квалификации с различным психоэмоциональным напряжением. В научном эксперименте принимали участие 96 танцоров высокой квалификации (50 мужчин и 46 женщин): 1 взрослый – 58 чел.; КМС (кандидат в мастера спорта) – 24 чел.; МС (мастер спорта) – 13 чел.; 1 чел. – МСМК (мастер спорта международного класса). Средний возраст – $20,4 \pm 5,3$ лет. Стаж занятий спортивными бальными танцами в среднем составил $14,1 \pm 6,5$ лет. Психофизиологические характеристики танцевальных пар были определены с помощью программно-аппаратного комплекса ИВПС 2.1. (Корякина Ю.В. и Ногин В.С. (2001 -2003)), тестирование включало в себя 10 тестов, позволяющих судить о восприятии пространственно-временных стимулов и об особенностях организации рефлекторной деятельности испытуемых. Согласно результатам исследования: анкетирование, тесты Дж. Тейлора, Спилбергера-Ханина, «Индивидуальная минута» танцоры были распределены по психоэмоциональному напряжению (ПЭН) на 3 группы: g1 – низкий уровень ПЭН (n=40; муж - 24чел. и жен -16 чел.); g2 – средний уровень ПЭН (n=39; муж - 19чел. и жен -20чел.); g3 –высокий уровень ПЭН (n=17; муж - 7чел. и жен -10чел). Как было отмечено ранее в наших публикациях, для оценки степени ПЭН танцоров, в подготовительном периоде спортивной подготовки, без учета половых различий, рекомендованы тесты: оценка личностной тревожности тест Дж. Тейлора, простая зрительно-моторная реакция и тест реакция на звук, (выполненный правой рукой), оценка физической работоспособности PWC_{170} , как тесты имеющие высокую достоверность межгрупповых различий во всех группах сравнения. Анализируя значения теста Дж. Тейлора в баллах выявлены достоверные отличия у партнеров и партнерш в группах g1 и g3, с большими значениями теста у партнеров ($p > 0,05$); в g2 достоверных различий нет. В тестах «Реакция на звук» (с) и «Реакция на движущийся объект» большее оперативными по скорости рефлекторной реакции в g1 и g3 являются партнерши ($p < 0,001$) и ($p > 0,05$), соответственно; в группе g2 – партнеры ($p < 0,01$). В тесте «Индивидуальная минута» достоверные отличия выявлены у партнеров и партнерш в g2 и g3 ($p < 0,01$). Танцоры g3 имеют самую низкую спортивную результативность на соревнованиях в группах сравнения. Партнеры g3 отмечают самое максимальное время «Реакция на свет», самое минимальное время в тестах: «Реакция на звук», «Реакции на движущийся объект», «Реакции выбора» и времени «Индивидуальной минуты» в группах сравнения. Партнерши из g3 отмечают самое высокое значение баллов в тесте Дж. Тейлора среди всех групп сравнения, самое минимальное значение времени «Реакция на свет», Реакция на звук», «Реакции на движущийся объект» среди партнерш групп сравнения. По результатам соревнований и данных рейтингов танцоров наибольшие спортивные результаты отмечены в танцоров g2, где выявлены одинаковые значения баллов партнеров и партнерш в тесте Дж. Тейлора, более оперативная реакция партнеров (в сравнении с партнершами) на световой и звуковой раздражители, максимально быстрая реакция выбора у партнерш в сравнении с партнерами и самое минимальное время индивидуальной минуты у партнеров. Общеизвестно, что в спортивной паре ведущим является партнер. Выявленные половые отличия психофизиологических характеристик партнеров g2 являются важными маркерами функционального состояния танцоров, успешно выступающих на соревнованиях по спортивным бальным танцам.