

ОСОБЕННОСТИ ПСИХО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ СПОРТСМЕНОК

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Донецк, Российская Федерация*

Актуальность. При анализе специальной литературы, отражающую как теорию и методику физической культуры, так и методики тренировки в наиболее распространенных видах спорта, отмечаются особенности женского организма и тренировки спортсменок, которые недостаточно освещены.

Необходимость углубленного и разностороннего изучения такой важной проблемы, как «женский спорт», не вызывает сомнения. Связано это с тем, что в настоящее время нет однозначных данных о методике тренировки женщин, хотя и можно выделить два разнонаправленных мнения специалистов, связи с этим два подхода к этому вопросу. По высказыванию профессора В.Н. Платонова, первая группа ученых и практиков предлагает учитывать в построении мезоциклов тренировки овариально-менструальном цикле женщин. Вторая же настаивает на том, что строить тренировочный процесс у спортсменок необходимо по образу и подобию спортсменов на основе общих закономерностей тренировки.

Безусловно, многосторонние аспекты изучения «женского спорта» не будут полными без должного знания основ спортивной тренировки женщины. Однако последние не могут быть оторванными от глубокого понимания физиологических особенностей женского организма.

Цель исследования – изучение особенностей «женского спорта» с учетом физиологических особенностей женщин.

Материал и методы исследования. На основании эмпирического опыта тренера-практика разделили методику тренировки женщин на две группы, не имея при этом доказательных научных объяснений на различия во взглядах. С медицинской точки зрения это вполне обоснованно с позиции полового диморфизма, в свете которого среди спортсменок можно выделить два антипода.

Первая группа - женщины с фемининным (женственным) соматипом, который редко встречается у спортсменок и у которых овариально-менструальный цикл не нарушен. Именно для них абсолютно возможно построение тренировочного процесса первым путем. А что же делать с теми, у которых имеются значительные нарушения в физиологическом процессе ритмичности менструальной функции? Такие спортсменки относятся ко второй группе.

Вторая группа - женщины маскулинного (мужественного) соматипа, который часто (в 30-90% случаев) встречается у спортсменок, для них нередко характерно нарушение овариально-менструального цикла. Именно они ближе к мужчинам и именно для них приемлем второй путь построения тренировочного процесса.

При проведении нашего исследования использовались: анализ литературных источников, педагогические наблюдения, методы математической статистики, сравнительный анализ, анкетирование.

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе исследований было выявлено, что на мотивацию спортивной деятельности оказывает большое влияние биологический и психологический пол спортсменок.

Рассмотрим психические особенности женщин, связанные с фактором занятия спортом. Типологические особенности личности у спортсменок и обычных женщин. В отношении свойств нервной системы установлено, что спортсменки отличаются гораздо большей силой процессов возбуждения. Также они имеют определенные преимущества и в качестве тормозных процессов, а также их подвижности, хотя в этих случаях различия и не достигают достоверного уровня

Из свойств темперамента достоверные различия между обычными женщинами и спортсменками обнаружены в степени активности, которая является более высокой у последних. Также спортсменки отличаются более низким нейтралитизмом. Темп реакции у них тоже более высок по сравнению с не спортсменками.

Таким образом, спорт «отбирает» лиц женского пола, отличающихся от остальных большей подвижностью нервной системы, скоростью и силой реакции, активностью и эмоциональной устойчивостью.

В отношении характерологических свойств обнаружены следующие различия. Спортсменки отличаются от женщин, не занимающихся спортом, более высокими значениями: эмоциональной стабильности, доминантности, смелости, радикализма, самодостаточности, самомнения и низкими показателями тревожности.

Многие девушки и женщины стремятся освоить «мужские» виды спорта из-за желания доказать свое социальное равноправие с мужчинами и свою биологическую полноценность, настоящее время женщины занимаются тяжелой атлетикой, разными видами борьбы, хоккеем с шайбой, футболом, регби, прыжками на лыжах с трамплина, прыжками с шестом, метанием молота, культуризмом. При этом наблюдается явное пренебрежение некоторых лиц женского пола (особенно юных) своим здоровьем.

Сравнение выраженности маскулинности и фемининности среди представителей «мужских» и «женских» видов спорта, проведенное С. В. Афиногеновой, показало, что среди лиц мужского пола, занимающихся видами спорта (бокс, футбол, тяжелая атлетика, борьба, метания), преобладали маскулинные спортсмены – 58,0 %, количество же лиц фемининного – 14,0 % и андрогинного типа – 28,0 % было значительно меньшим.

Выводы. Анализ участия женщин в спорте показывает, что, с одной стороны, женщины вроде как получили доступ к миру «мужского спорта», что стало и основой их эмансипации, однако с другой стороны, репрезентации женщин в спорте подчеркивают их «особость», «недостаточность» в сравнении с «мужчинами».

Альмешкина А.А.

ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КОНТРОЛЯ ЗА ДЕЙСТВИЕМ И РЕФЛЕКСИВНОСТИ, КАК ОДНИХ ИЗ ЭЛЕМЕНТОВ САМОСОЗНАНИЯ, У ПАЦИЕНТОВ С НЕВРОТИЧЕСКИМ УРОВНЕМ ДЕЗОРГАНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Донецк, Российская Федерация*

Цель исследования: Определить наличие взаимосвязи между показателями контроля за действием и рефлексии у пациентов различных возрастных групп с невротическим уровнем дезорганизации личности в зависимости от семейного положения, длительности заболевания и пола.

Материал и методы исследования. Исследование особенностей системы контроля за действием и рефлексивности проводилось путем обследования 37 респондентов обоих полов в возрасте от 18 до 57 лет с невротическим уровнем личностной дезорганизации, находившихся на лечении в РКПБ-МПЦ г.Донецка в апреле 2019 года. В качестве критериев для выделения данного уровня дезорганизации личности использовались элементы структурного интервью О.Ф. Кернберга. Из них у большинства пациентов, в соответствии с диагностическими критериями МКБ-10, преобладали диагнозы смешанного тревожного и депрессивного расстройства F41.2 (40,5%) и расстройства адаптации, в виде смешанной тревожно-депрессивной реакции F43.22 (13,5%). Распределение обследуемых по полу: мужчин - 16 чел. (43,2%), женщин - 21 чел. (56,8%). Основным критерием распределения в данном исследовании был возраст пациентов: до 40 лет и старше 40 лет. Основную группу составили больные в возрасте до 40 лет – 51,35% (19 чел.), в группу сравнения вошли пациенты в возрасте старше 40 лет – 48,65% (18 чел.) Для исследования показателей контроля за действием и уровня развития рефлексивности больных с невротическим уровнем дезорганизации личности и их взаимосвязи использовались опросник «Шкала контроля за действием» Ю. Куля в адаптации С.А. Шапкина и методика диагностики уровня развития