

# Психодиагностика в спорте



Алымова Надежда  
ПОМ-ПФ-ОД  
1 курс

# **Ценность любой методики спортивной психодиагностики**

**- адекватно измерять значимые психологические характеристики спортсменов**

## **Практические задачи:**

- 1. Осуществлять отбор**
- 2. Определять уровень готовности**
- 3. Прогнозировать успешность спортивной деятельности**

# Методы исследования психических процессов

- ✓ Метод исследования ощущения и восприятия
- ✓ Методы исследования внимания
- ✓ Методы исследования психомоторики спортсмена
- ✓ Методы исследования памяти
- ✓ Методы исследования мышления и интеллекта



# Метод исследования ощущения и восприятия

## Цели:

1. Диагностика спортивных способностей
2. Оценка функционального состояния

спортсмена

## Используются:

- Кинематометры (воспроизвести угол)
- Динамометры различной конструкции (воспроизвести мышечное усилие)

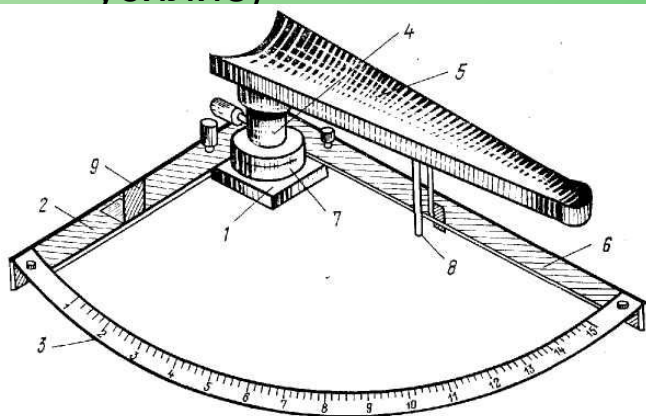


Рис. 19.





# Методы исследования внимания

**Необходимо учитывать зависимость от выполняемой деятельности:**

1. Условий среды
2. Функционального состояния спортсмена
3. Отношения спортсмена к обследованию и т. п.

## **Объем внимания**

### **(Тахистоскопический метод)**

Показывают на короткое время (до 1 с) таблицы с расположенными в клетках простыми рисунками или буквами. Объем внимания определяется по максимально запомнившемуся числу букв или рисунков, расположение которых правильно зафиксировано на бланке для ответов.

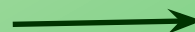
## **Концентрация, устойчивость и переключаемость внимания**

### **(Корректирующие тесты)**

Ряды случайно расположенных букв, цифр или фигур. Испытуемые выполняют с ними простые умственные операции (подсчет, вычеркивание, кодирование и т. п.). Число ошибок и скорость выполнения операций используются для количественной характеристики свойств внимания.

# Методы исследования психомоторики спортсмена

1. Рефлексометры
2. Специальные компьютерные программы



Вариант  
компьютерной  
психодиагностики  
Исследование  
особенностей  
вероятностного  
Прогнозирования

Простая  
психическая  
реакция

На мониторе синего  
цвета появляется  
сигнал  
«Зеленый  
прямоугольник» –  
нужно среагировать  
НАЖАТЬ НА КНОПКУ  
КЛАВИАТУРЫ

Простая реакция  
на «приближение»  
сигнала

Внезапное  
увеличение размеров  
прямоугольника  
зеленого цвета

3 варианта

Спортсмену предъявляются  
сигналы с различными  
вероятностями и по времени  
его реагирования можно  
определить, насколько верно  
он отразил эти вероятности в  
своей «субъективной  
модели» и ожидал ли он  
именно тот сигнал, который в  
данный момент был  
наиболее вероятен.

# Методы исследования памяти

**Исследование памяти имеет важное значение для отбора и диагностики психических состояний спортсменов**

При исследованиях двигательной памяти спортсменам предлагают без предварительной тренировки выполнить серию специальных элементарных команд, число которых определяет сложность задания.

Память оценивается по числу повторений, необходимых для запоминания серий команд фиксированной длины, а за объем оперативной памяти принимается максимальное число команд, выполняемых испытуемым после одного предъявления



# Методы исследования мышления и

интеллекта  
Для спортивной психодиагностики  
представляет исследование **ОПЕРАТИВНОГО  
МЫШЛЕНИЯ**



**«Игра в 5»**  
- усеченный вариант  
популярной «Игры в 15».

Она происходит на поле 2x3, на котором в квадратах расположены 5 фишек с цифрами от 1 до 5 в произвольном порядке, а один квадрат свободен. Требуется перевести фишки из начального положения в некоторое заданное (например, в положение, при котором все фишки упорядочены, а правое нижнее поле свободное). Оценивается степень оптимальности оперативного мышления и характер используемых стратегий.



# Метод исследования быстроты переработки информации

Тестирование производится  
дважды,  
с интервалом в 5 минут

## МЕТОДИКА КОРРЕКТУРНЫХ ПРОБ

Таблица Хартриджа содержит 660  
колец диаметром 4-5 мм с разрывами  
в различных ориентациях,  
расположенных в случайном порядке

Вычисления производятся по  
формуле:

$$S = \frac{358,8 - 2,807 n}{T} \text{ бит}$$

T сек

где: S - скорость приема информации;  
n - число ошибок

# Психодиагностические тесты

- ✓ Тесты способностей
- ✓ Тесты достижений
- ✓ Стандартизованные самоотчеты
- ✓ Проективные методики
- ✓ Тесты личности



## Тесты способностей

Принято квалифицировать  
специальные способности  
по двум основаниям:

✓ направлены на измерение  
способностей к  
определенным видам  
деятельности

- 1) по видам психических функций  
(моторные, сенсорные)
- 2) по видам деятельности

**В соответствии с этими группами  
разрабатываются методы диагностики**

# Методы диагностики способностей

- ✓ Психологическое тестирование
- ✓ Антропометрия
- ✓ Функциональное тестирование
- ✓ Спортивное тестирование
- ✓ Биометрическое



М П





## Психологическое тестирование

При помощи письменных тестов и устных вопросов, специалист определяет тип темперамента, а также, проверяется способности на:

- ✓ концентрирование и способность удерживать внимание;
- ✓ скорость и точность реакции;
- ✓ наличие лидерских качеств;
- ✓ способность к командному взаимодействию.

## Антропометрия

На этом этапе производятся замеры параметров:

- ✓ рост, вес, длина ног и рук, объемы различных частей тела
- ✓ размер кожно-жировой складки
- ✓ Для выявления предрасположенности к образованию плоскостопия, производится сканирование свода стопы
- ✓ Выполняется типизация формы грудной клетки, состояние спины и позвоночника
- ✓ Силовые тесты — электронный кистевой

## Функциональное тестирование

Различные задания и тесты  
(на специальном оборудовании)

Определяется:

- ✓ Уровень координации
- ✓ Сосредоточенность на задаче
- ✓ Развитие вестибулярного аппарата
- ✓ Развитие скорости мышления и других параметров

## Спортивное тестирование

- ✓ бег на время
- ✓ челночный бег
- ✓ прыжки
- ✓ другие физические упражнения

## Биометрический тест

Процедура включает в себя:

- ✓ сканирование подушечек пальцев,
- ✓ последующую обработку данных и выдачу результатов тестирования способностей

Помимо предрасположенности к тому или иному спорту, такой анализ определяет



# Тесты достижений

Дают конечную оценку достижений индивида по завершении обучения

Тесты выполняют несколько функций:

- ✓ выступают как средство оценки знаний,
- ✓ выявляют недостатки тренировочного процесса,
- ✓ подсказывают направление последующей тренировки,
- ✓ обеспечивают мотивацию учащегося, спортсмена, и т. д.

# Стандартизованные самоотчеты

## ❖ ТЕСТЫ-ОПРОСНИКИ (вопросы или утверждения)

Испытуемый выносит суждения (двух-трехальтернативный выбор ответов)

### Исследования личности:

- подход на основе выделения черт или факторов (например, опросник Кеттелла)
- типологический подход (на основе выделения типов, например, тест ММРІ)

## ❖ ОТКРЫТЫЕ ОПРОСНИКИ

- Не предусматривают стандартного ответа испытуемого;
- Стандартная обработка достигается путем соотнесения произвольных ответов со стандартными категориями

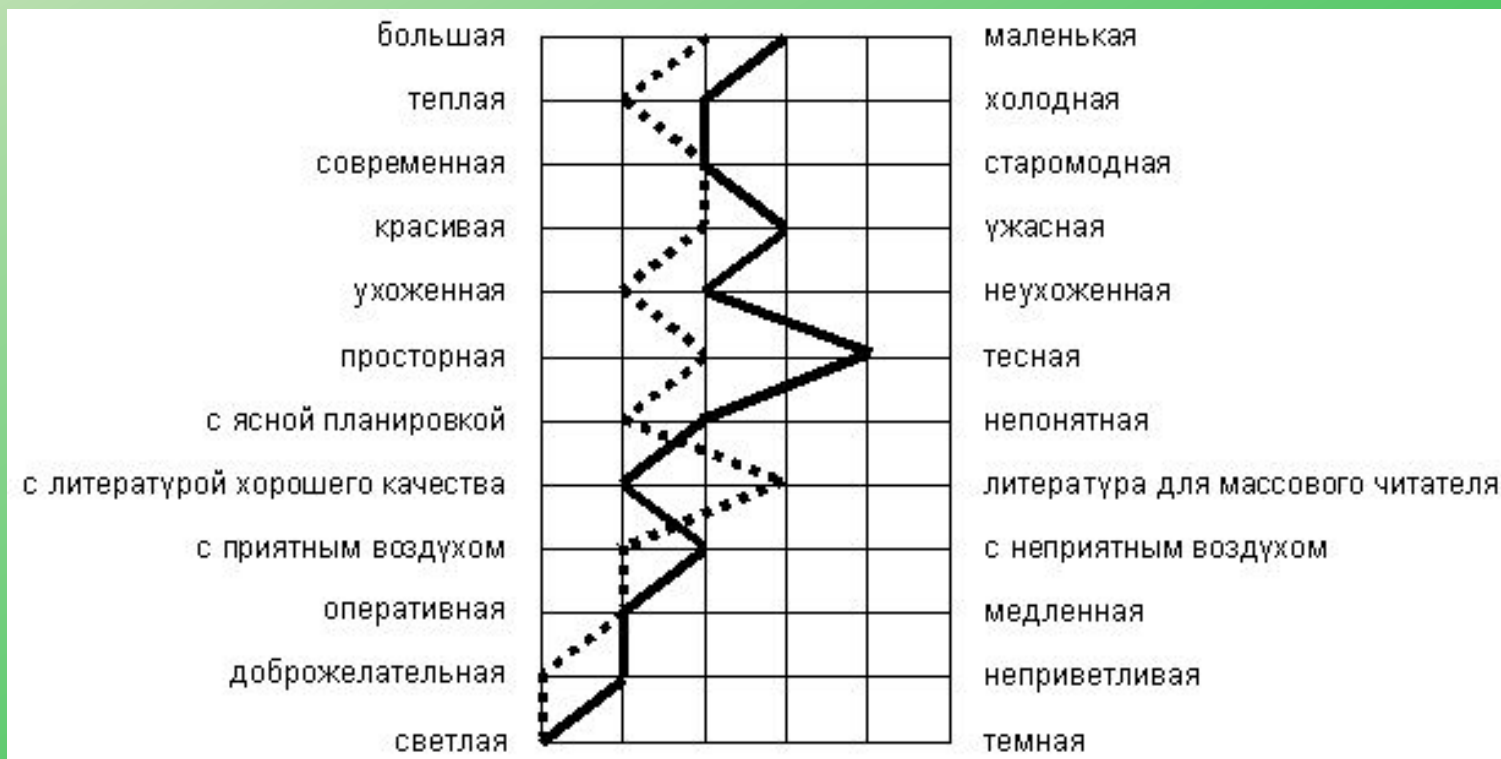


# Стандартизованные самоотчеты

- ❖ ШКВАЛЬНЫЕ ТЕХНИКИ. Метод дифференцированных самооценок функционального состояния по Р.Маттезиусу

Три основные характеристики реакции спортсмена на нагрузки:

- ✓ физическое состояние, активность и настроение



# Проективные методики

1. Методики дополнения  
(ассоциативный тест К.Г.Юнга, набор неоконченных предложений)
2. Методики интерпретации (Тест фрустрации Розенцвейга, Тест Жиля, Тест Сонди)
3. Методики структурирования (Толкование случайных форм Г. Роршаха)
4. Методики изучения экспрессии  
(анализ почерка, особенностей речевого поведения)  
Методики изучения продуктов творчества «Дом, Дерево, Человек»



# Тесты личности

- ❖ Тесты действия
- ❖ Ситуационные тесты

## Тест действия

Выполнение какой-либо задачи

Что-то выполнить, но не описывать привычный способ поведения (как, например, в опросниках).

**Цель** - замаскирована, индивид не осознает, какой аспект его действий оценивается

**Задачи** - структурированы: это отличие от задач, используемых в проективных методиках

**Тест воспринимается как проверка способностей  
должен дать «правильный» ответ**

**(в отличие от проективных методик, в которых любой ответ  
«хорош»)**

## Ситуационные тесты

Помещение испытуемого в ситуацию,  
близкую к реальной жизни или имитирующую ее.



Ряд заданий, вызывающих тревожность,  
и объективно регистрируют выполнение этих  
заданий  
(в тестах на стресс)



# Психодиагностика личности спортсмена

- Миннесотский многофазный личностный перечень (MMPI) (метрическим воплощением типологического подхода)
- 16-факторный личностный опросник (16-ФЛО) (подход на основе черт личности)
- Тематический апперцептивный тест (конфликты в команде, взаимодействие с тренером, соревновательные ситуации и т. п.)
- Тест Роршаха
- Рисуночно-фрустрационный тест Розенцвейга (измерение фрустрационной толерантности — способность человека переносить фрустрацию без нарушения психологической адаптации, т. е. способности к адекватной оценке жизненных препятствий, способности находить правильный выход из затруднений).

# Методы диагностики психических состояний



Ряд конкретных и простых тестов и методик  
для регистрации параметров  
психического, энергетического и  
психомоторного уровней

**Благодарю  
за внимание**