

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ
ДИАГНОСТИКА РЕГУЛЯТОРНЫХ
ПРОЦЕССОВ В СПОРТЕ
(методические рекомендации)**

Москвин В.А., Москвина Н.В.,
Ковалевский А.Г., Шумова Н.С.

РГУФКСМУТ, Москва, e-mail: 1700018v@mail.ru

В методических рекомендациях рассматриваются вопросы связи функциональных асимметрий человека с его регуляторными (волевыми) характеристиками применительно к спортивной деятельности. Приведены результаты апробации психологических и психофизиологических методик диагностики индивидуальных особенностей регуляторных процессов на примере спортсменов.

Исследованы индивидуальные особенности волевых качеств, в котором приняли участие 90 студентов спортивного вуза в возрасте от 18 до 25 лет. Использовались методики: личностный опросник Р. Кеттелла, опросник диагностики волевых качеств личности – ВКЛ (по М.В. Чумакову), показатель устойчивости выбора цветовых стимулов (по В.А. Москвину) и «Карта латеральных признаков». Полученные данные свидетельствуют о наличии индивидуальных особенностей волевой регуляции человека, связанных с особенностями функциональных асимметрий.

Выявлены индивидуальные особенности склонности к риску и импульсивности на примере студентов спортивного вуза (юноши и девушки в возрасте 17-18 лет, $n = 78$) с разными признаками доминирования регулятивного блока мозга по А.Р. Лурия. Использовались опросник А.Г. Шмелева (оценка склонности к риску) и опросник В.А. Лосенкова (оценка импульсивности). Выявлены индивидуальные особенности склонности к импульсивности человека, обусловленные функциональными асимметриями. Также исследованы индивидуальные особенности контроля за действием на примере студентов спортивного вуза (юноши и девушки 16-17 лет, $n = 78$) с разными признаками доминирования регулятивного блока мозга по А.Р. Лурия. Для выявления компонентов волевой регуляции использовался опросник «Шкала контроля за действием». Выявлены индивидуальные особенности контроля за действием, обусловленные функциональными асимметриями. Полученные данные могут быть полезны при подготовке спортсменов высокой квалификации (с учетом индивидуальных особенностей произвольной регуляции и контроля за действием в спортивной психологии).

Методические рекомендации представляет интерес для психологов, психофизиологов, педагогов, тренеров, спортсменов и всех тех, кто интересуется проблемами индивидуальных особенностей волевой регуляции в спортивной работе.

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ
РАЗЛИЧИЙ В СПОРТЕ
(хрестоматия)**

Москвин В.А., Москвина Н.В.

РГУФКСМУТ, Москва, e-mail: 1700018v@mail.ru

В хрестоматии приведены работы, рассматривающие вопросы связи функциональных асимметрий человека с его индивидуально-психологическими характеристиками, применительно к спортивной деятельности.

Рассмотрены проблема связи функциональных асимметрий с индивидуальными особенностями человека, приведены конкретные методы исследования латеральных признаков и индивидуальных профилей латеральности человека в таком новом направлении, как нейропсихология индивидуальных различий.

Изучены проблемы психофизиологии индивидуальных различий в спорте высших достижений. С позиций психофизиологии индивидуальных различий проанализировано значение исследований функциональных асимметрий человека для решения проблем спорта высших достижений. Рассмотрены проблемы двигательной одаренности и леворукости в спортивной психологии.

Проанализирована проблема леворукости в спорте высших достижений. С помощью «Карты латеральных признаков» исследована структура индивидуальных профилей латеральности в выборке 74 леворуких мужчин 20–35 лет. В контрольную группу вошло 259 практически здоровых праворуких мужчин. Полученные данные свидетельствуют о том, что выборка леворуких не является однородной (гомогенной) группой и в спортивном отборе и при подготовке спортсменов необходимо учитывать существующие варианты индивидуальных профилей латеральности леворуких.

В хрестоматии рассмотрен метод аудиовизуальной стимуляции как способ психофизиологической подготовки спортсменов, который рассматривается как способ психофизиологической тренировки человека, как возможность сенсорной нейроэндокринной активации коры головного мозга, что может помочь успешнее приспосабливаться к быстро изменяющимся ситуациям во время занятий спортом.

Также рассмотрены индивидуальные особенности волевой регуляции на примере студентов спортивного вуза. Изучены возможности применения гипнотических техник в спортивной психологии с учетом межполушарных асимметрий.

Хрестоматия представляет интерес для психологов, психофизиологов, педагогов, тренеров, спортсменов и всех, интересующихся проблемой индивидуальных различий в области спортивной психологии.