

ԳԵՎՈՐԳՅԱՆ ԱՐՄԱՆ ԷԴՄՈՆԴԻ

**ՄՐՑԱՎԱՐԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՀՈՒՍԱԼ ԻՈՒԹՅՈՒՆԸ ՊԱՅՄԱՆԱՎՈՐՈՂ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ (\$ՈՒՏԲՈԼԻ ՕՐԻՆԱԿՈՎ)**

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅՈՒՆ

ԺԹ.00.01 - «Ընդհանուր հոգեբանություն, հոգեբանության
տեսություն և պատմություն, անձի հոգեբանություն»
մասնագիտության մեջ հոգեբանական գիտությունների թեկնածուի
գիտական աստիճանի հայցման համար

Գիտական ղեկավար՝ հոգեբանական գիտությունների
թեկնածու ,

պրոֆեսոր **Հ. Ա. Բաբայան**

ԵՐԵՎԱՆ – 2018

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ.....	4
ԳԼՈՒԽ 1. ՄՐՑԱՎԱՐԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ՀՈՒՍԱԼԻՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴՐԻ ՏԵՍԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ.....	
1.1. «Հոլսալ իոլթյ ուն» հասկացող թյան տեսակների բովանդակային մեկնող թյունը	17
1.2. Հոգեկան հոլսալ իոլթյան հետազոտման հիմնախնդիրները սարքառում	25
1.3. Մրցավարական գործունեության հոլսալ իոլթյան հիմնական բնութագրերը	352
ԳԼՈՒԽ 2. ՄՊՈՐՏԱՅԻՆ ՄՐՑԱԿՑՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՄՐՑԱՎԱՐՈՒԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՌԱՋՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	40
2.1. Ֆոլտբոլի մրցավարի գործունեության և անձի հոգեբանական առանձնահատկությունները	44
2.2. Ֆոլտբոլի մրցավարի գործունեության որակի և արդյունավետության վրա ազդող գործոնները	48
2.2.1. Մրցավարի որոշումների կայացման գործընթացները	56
2.2.2. Մրցավարի սթրեսակայուն թյունը և ապահովման գործոնները	61
2.3. Մրցավարի հոգեբանական պատրաստության առանձնահատկությունները	67
ԳԼՈՒԽ 3. ՖՈՒՏԲՈԼԻ ՄՐՑԱՎԱՐԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՀՈՒՍԱԼԻՈՒԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՑՈՒՑԱՆԻՇՆԵՐԻ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄՆ ՈՒ ՏԵԽՆՈԼՈԳԻԱՆԵՐԸ	72
3.1. Հետազոտական ընտրանքը, փուլերն ու ժամանակացույցը ..	72
3.2. Հետազոտության մեթոդների և մեթոդիկաների նկարագրող թյունը	75

ԳԼՈՒԽ 4. ՖՈՒՏԲՈԼԻ ՄՐՑԱՎԱՐԻ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՊԱՏԿԵՐԱՑՈՒՄՆԵՐԻ, ՅԱՆՈՒՆԱՐԺԻՉ ՈԼՈՐՏԻ ԵՎ ԱՌԱՆՁԻՆ ՀՈԳԵԿԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ	92
4.1. Մրցավարի մասնագիտական կողմնորոշման սուբյեկտիվ գուցանիշների վերլուծություն	92
4.2 Հայաստանի և միջազգային որակավորման առաջատար մրցավարների սխալների ու դրանց պատճառների համեմատական վերլուծություն	98
4.3. Մրցավարի գործունեության արդյունավետության առավել յուրահատուկ հոգեբանական գործոնների վերլուծություն	104

ԳԼՈՒԽ 5. ՄՐՑԱՎԱՐԻ ԱՆՁԻ ԵՎ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ 5.1. Ֆուտբոլի մրցավարի անձնային հատկությունները որպես մասնագիտական գործունեության արդյունավետության հիմնարար գործոն	1158
5.2. Ֆուտբոլի մրցավարի մտածողության յուրահատկությունները	11514
5.3. Մրցակցային հոգեկան հուսալիության գուցանիշները որպես ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության արդյունավետության կարևոր բաղադրիչներ	12216
5.4. Հետազոտական խմբերի միջև մրցավարի գործունեության հուսալիության առաջատար հոգեբանական գործոնների համահարաբերակցական կապերի համեմատական վերլուծություն	12419

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ	13425
-------------------------	-------

ԱՌԱՋԱՐԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ	12
-------------------------	----

7

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ

ՑԱՆԿ	129
ՀԱՎԵԼՎԱԾ	15446

ՆԵՐԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ԹԵՄԱՅԻ ԱՐԴԻԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ: Ժամանակակից բարձր նվաճումների սպորտը առավել դիտարժան է դառնում ու բարձր գնահատվում մարզասեր հասարակության կողմից մրցավարական անթերի գնահատականով: Ներկայումս սպորտը առանձնանում է մրցավարության դերի և տեխնոլոգիաների կտրուկ աճով, հատկապես այն մարզաձևերում, որոնցում դեռևս ոչ լիարժեք են մարզիկների գործունեության գնահատման օբյեկտիվ չափանիշները: Այդ մարզաձևերի թվին են դասվում խաղային ձևերը (մարզախաղերը), մասնավորապես ֆուտբոլը: Այսօրվա ֆուտբոլին բնորոշ հիմնական առանձնահատկություններն են խաղի բարձր լարվածությունը և ողջ խաղադաշտով մեկ թևածող անգիջում պայքարը, ինչը պայմանավորված է ոչ միայն մարզիկների տեխնիկայի ու տակտիկայի լավարարմամբ, այլև, նախ և առաջ, ֆիզիկական պատրաստության ավելի բարձր մակարդակով [180, 186, 194]: Եվ քանի որ ֆուտբոլի մրցումները կանոնակարգվում են միջազգայնորեն սահմանված կանոններով, որոնց պահպանմանն ու իրականացմանը հետևում են խաղերի մրցավարները, ապա վերջիններիս ընտրությունից, խմբավորումից, ինչպես նաև մասնագիտական պատրաստվածությունից է կախված մրցակցական գործունեության արդյունավետությունը [170]: Որպես ամենազանգվածային մարզաձև՝ ֆուտբոլի զարգացման և դիտարժանության անհրաժեշտ պայմաններից մեկն այսօր մրցավարական գործունեության արդյունավետ կազմակերպումն է:

Մրցավարը մրցակցական գործունեության արդարացիության ու սահմանված կանոնների ապահովման պատասխանատու սուբյեկտն է: Եթե մարզիկի և մարզիչի գործունեությունները երկար տարիներ բազմակողմանիորեն ուսումնասիրվել են մարզական գիտության տարբեր ոլորտների գիտնականների, այդ թվում՝ հոգեբանների ու մանկավարժների կողմից, ապա մրցավարական գործունեության հոգեբանական առանձնահատկությունները գրեթե դուրս են մնացել գիտական հետազոտությունների շրջանակից: Ավելին, ֆուտբոլի մրցավարների գործունեությունն ու հոգեբանական պատրաստությունը Հայաստանի Հանրապետությունում չեն եղել հատուկ և համալիր ուսումնասիրության առարկա: Առկա են միայն որակավորման դասընթացների որոշ ուսումնամեթոդական գործառնություններ:

Գիտամեթոդական գրականության մեջ խիստ հազվադեպ են լուսաբանվում մրցավարության հոգեբանական հիմնախնդիրները, այդ թվում՝ մրցավարական գործունեության հուսալիության ապահովման հոգեբանական հիմնահարցերը: Առկա սակավաթիվ աշխատանքներում՝ Ա. Գ. Աբիև (1989), Լ. Ն. Պետրով (1991), Յու. Կ. Գավերդովսկի (2002), Մ. Պ. Ստուպեն (2003), հետազոտական շեշտը դրված է առավելապես մրցավարության գնահատման և որակի բարձրացման վրա: Մրցավարության հիմնահարցերին նվիրված ատենախոսական աշխատանքներում հիմնականում արծարծված են գործունեության կատարելագործման ընդհանուր մանկավարժական հարցերը [40, 59, 76, 79, 109, 183, 189], իսկ հոգեբանական կողմը մնում է չուսումնասիրված: Առհասարակ բացահայտված չեն մրցավարական գործունեության հուսալիությունն ապահովող հոգեբանական բաղադրատարրերը:

Մարդու հոգեկան հուսալիության հիմնահարցը բոլոր ժամանակներում կարևորվել է գործունեության ամենատարբեր ասպարեզներում, սակայն այս հիմնախնդրի ուսումնասիրության հայեցակարգային մոտեցումներն ու պահանջները տարբեր ժամանակաշրջաններում կրել են բովանդակային զանազան փոխակերպումներ: 20-րդ դարասկզբին գիտատեխնիկական բուռն առաջընթացը նոր պահանջներ ներկայացրեց մարդու գործունեությանը և մասնավորապես հոգեբանական գիտությանը՝ կապված գործունեության արդյունավետության հոգեբանական գործոնների հետ: Հոգեկան հուսալիության երևույթը հանգուցային կատեգորիա դարձավ աշխատանքի և ինժեներական, ռազմական, ավիացիոն, ինչպես նաև սպորտի հոգեբանության բնագավառների հետազոտություններում [9, էջ 8]: Սույն հիմնախնդրին նվիրված բազմաթիվ ուսումնասիրությունների արդյունքները հաջողությամբ ներդրվում են ծայրահեղ (սահմանային) գործոններ ներառող մասնագիտական գործունեության ամենատարբեր բնագավառներում [3, 9, 21, 22, 29, 33, 35, 42, 60, 102, 103, 132]:

Ընդհանրապես մարդու հուսալիության հիմնախնդրի ուսումնասիրությունների արդյունքներով հիմնավորված և մեզ հայտնի առավել կարևոր դրույթներից մեկն այն է, որ երգոնոմիկայի, հոգեբանության և այլ գիտությունների

Նորագույն նվաճումների ներդրման ճանապարհով մարդու սխալների դրսևորման հավանականությունը գրոյի հասցնելու փորձերը դատապարտված են ձախողման [199]: Մրցավարական գործունեության բարձր հուսալիության հասնելու գործում առավել նշանակալից է համարվում մրցավարական համակարգի և մրցավարության կազմակերպվածության որակը, այսինքն՝ մարդկային գործունի պահանջների համապատասխանությունը մրցավարական գործունեության բաղադրիչների կառուցվածքային-շարժընթացային հատկությունների և որակների ամբողջությանը՝ իրենց փոխկապակցվածության և փոխադարձ ամրապնդման մեջ: Այս դրույթն իր ամբողջական արտացոլումը գտնում է բազում հեղինակների՝ Գ. Տ. Բերեգովոյի, Ն. Դ. Չավալովայի, Բ. Ֆ. Լոմովի, Վ. Ա. Պոնոմարենկոյի, Դ. Ա. Նորմանի, Ջ. Թ. Ռեյսոնի և Ն. Դ. Լևիտովի աշխատություններում [30, 69, 112, 119, 120, 121, 202, 204]:

Ֆուտբոլի մրցավարի գործունեությունը շատյուրահատուկ և բարդ է. այն ընթանում է ժամանակի սղության և մշտական խոչընդոտների պայմաններում, ինչպես նաև մշտապես փոփոխվող, անկանխատեսելի և տարաբնույթ խաղային իրադրություններում, որոնք հաճախակի հանգեցնում են մրցավարական սխալների, ինչն էլ նվազեցնում է մրցավարների հանդեպ խաղացողների և հանդիսականների վստահությունը, բարձրացնում մրցապայքարի լարվածությունն ու մթնոլորտի շիկացածությունը: Այս ամենի պատճառը շատ հաճախ ֆուտբոլի մրցավարների պատրաստականության անբավարար մակարդակն է [39, 45, 115, 184, 188]: Ակնհայտ է նաև, որ ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հաջող իրականացումը հիմնականում կախված է մասնագիտական կարևոր հոգեբանական հատկությունների համալիրից:

Մասնագիտական կարևոր հատկությունների (ՄԿՀ)՝ անձի հոգեկան գործընթացների և հատկությունների թվին կարելի է դասել միայն այնպիսիները, որոնք նեղ փոխկապակցվածության մեջ են գտնվում կոնկրետ գործունեության հաջողության ցուցանիշների հետ: Ինչպես անձի հոգեկան գործընթացներն ու հատկությունները, այնպես էլ գործունեության հաջողության ցուցանիշներն ուսումնասիրելիս առաջ են գալիս մեթոդաբանական բնույթի որոշ հիմնախնդիրներ (հոգեկան գործընթացներն ու հատկություններն ուսումնասիրելիս՝ դրանց ընտրության, իսկ

գործունեության հաջողությունն ուսումնասիրելիս՝ դրա նախանշանների, այսինքն գործունեության որակական բնութագրերի հետկապված) [137]:

Մրցավարի հոգեկան հուսալիության հիմնախնդիրը հրատապ է հատկապես այն պատճառով, որ սպորտում, մասնավորապես ֆուտբոլում նրանց գործունեությունը բնութագրվում է այնպիսի ծայրահեղ պայմաններով (ժամանակի սղություն, բնակլիմայական պայմաններ, ներքին և արտաքին զանազան խոչընդոտներ), որոնք կարող են պայմանավորել մրցավարական գործունեության հուսալիության նվազումը: Հետևաբար, մրցակցական գործունեության բարձր պահանջներին համապատասխանելու համար ինչպես ֆուտբոլիստներին, այնպես էլ ֆուտբոլի մրցավարներին անհրաժեշտ է անցնել հատուկ պատրաստություն: Սակայն մեր դիտարկումները թույլ են տալիս փաստել, որ մրցավարության որակն ու հուսալիությունը մեծ մասամբ նվազում են ֆուտբոլի մրցավարների հոգեբանական պատրաստության մշակված մեթոդիկաչունենալու պատճառով, ինչը նույնպես մատնանշում է մեր հետազոտության թեմայի արդիականությունը:

Կարծում ենք, որ նշված հիմնահարցի հանգուցալուծումը թույլ կտա արդյունավետ իրականացնել մրցավարների մասնագիտական կողմնորոշման, ընտրության, պատրաստության համակարգի, ինչպես նաև մրցավարական գործունեության հուսալիության և հոգեբանական ապահովման հետկապված խնդիրները: Եվ այսպես՝ վերոհիշյալ բոլոր գործոնները ընդգծում են հետազոտական հիմնախնդրի ուսումնասիրման գիտական անհրաժեշտությունը և հստակեցնում ատենախոսական աշխատանքի հիմնական նպատակը:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՆՊԱՏԱԿԸ: Ֆուտբոլի մրցավարի անհատական-հոգեբանական առանձնահատկությունների համալիր ուսումնասիրության միջոցով բացահայտել վերջիններիս մրցավարական գործունեության հուսալիությունն ապահովող հոգեբանական բաղադրատարրերը, բացահայտել մրցավարների մասնագիտական պատրաստության համակարգի կառուցվածքային հոգեբանական առանձնահատկությունները:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՎԱՐԿԱԾԸ: Ենթադրվում է, որ ֆուտբոլի մրցավարի հուսալի գործունեությունը հնարավոր կլինի

ապահովել, եթե նրա համալիր պատրաստության համակարգում ներառվի հոգեբանական ոլորտը, մասնավորապես՝ մրցավարական գործունեության համապատասխան նրանց հոգեշարժիչ (ռեակցիա), անձնային փոխկապակցված ընդունակությունների և հատկությունների (վճռականություն, համարձակություն, հուզական կայունություն, սթրեսակայունություն) և հոգեկան ֆունկցիաների (պատկերային և իրավիճակային հիշողություն, ուշադրություն) համալիրը:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ: Աշխատանքի նպատակի իրականացման համար առաջադրված խնդիրներն են.

1. Տեսականորեն համապարփակ վերլուծել հուսալիության հիմնախնդրի ուսումնասիրման վերաբերյալ առկա ամենատարբեր մոտեցումներն ու հայեցակետերը, դուրս բերել մրցավարների և մրցավարական գործունեության հուսալիության հոգեբանական բաղադրատարրերը:

2. Տեսական վերլուծության միջոցով պարզաբանել ֆուտբոլի մրցակցային գործունեության կառուցվածքային յուրահատկությունները և մրցավարի պատրաստականությանը ներկայացվող արդի պրոֆեսիոնալ պահանջները:

3. Տեսական և փաստական վերլուծության միջոցով պարզաբանել և հիմնավորել ֆուտբոլային բուն մրցունենքում մրցավարների կողմից սխալ որոշումների կայացման պատճառներն ու հետևանքները:

4. Լաբորատոր բնական պայմաններում ախտորոշել ֆուտբոլի տարբեր որակավորման մրցավարների հոգեշարժիչ և անձնային գործոնները, վերլուծել դրանց դրսևորման առանձնահատկությունները:

5. Մաթեմատիկական վիճակագրական վերլուծության միջոցով բացահայտել որակավորման տարբեր աստիճան ունեցող մրցավարների անձնային, հոգեշարժիչ ընդունակությունների և հոգեկան հուսալիության գործոնների առավել հավաստի կապերն ու դրանց նշանակությունը:

6. Փորձարարական ուսումնասիրություններից ստացված արդյունքներով հիմնավորել ներկայիս ֆուտբոլի մրցավարի պրոֆեսիոնալ պատրաստության համակարգում հոգեբանական պատրաստության անհրաժեշտությունը:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՄԵԹՈԴԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ: Ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հոգեկան հոլսալիության հետազոտության մեր մեթոդաբանությունը համահունչ է Բ. Ֆ. Լոմովի և Նրա հետևորդների գործունեության հոլսալիության մշակած համակարգային մոտեցման հիմնական սկզբունքներին, որոնք հետազայում իրենց արտացոլումն են գտել Դ. Ա. Նորմանի, Ջ. Թ. Ռեյսոնի և այլոց աշխատանքներում: Հետազոտության համար տեսամեթոդական հիմք են հանդիսացել Ա. Ն. Լեոնտևի գործունեական մոտեցումը, արտակարգ իրավիճակներում գործունեություն ծավալող մասնագետների, այդ թվում՝ նաև մարզիկների գործողությունների հոգեկան հոլսալիության բարձրացման մասին Վ. Դ. Նեբիլիցի (1961), Վ. Վ. Կորենբերգի (1970), Յու. Մ. Բլոնդովի (1973), Վ. Է. Միլմանի (1976) և Ն. Ա. Խուդաբովի (1976), Վ. Ա. Պլախին-կոյի (1982), Յու. Ի. Սմիրնովի (1995), Գ. Ս. Նիկիֆորովի (2005), աշխատանքները, ինչպես նաև սխալների և սխալ գործողությունների մասին տեսակետները (Մ. Ա. Կոտիկ, Ա. Մ. Եմելյանով, Ն. Դ. Չավալովա, Վ. Ա. Պոնոմարենկո, Գ. Մ. Չարակովսկի, Վ. Ի. Մեդվեդև, Ա. Կ. Բոլոտովա, Ռ. Լ. Գրեգորի, Զ. Լեյբովից և այլք):

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՄԵԹՈԴՆԵՐԸ: Հետազոտության նպատակի նվաճումը առաջադրեց կիրառել հետևյալ հետազոտական մեթոդները.

- գիտական և գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրում և վերլուծություն,
- հարցաթերթիկային հարցում (հեղինակային հարցարան),
- բնական դիտում և տեսադիտում (մարզումային և մրցումային պայմաններում, ԱԱ հանդիպումների ձայնագրված տեսագրությունների վերլուծություն),
- հոգեբանական թեստավորում,
- գործիքային հոգեֆիզիոլոգիական ախտորոշում (հոգեկան գործընթացների և հոգեշարժողական ցուցանիշների ուսումնասիրում),
- մաթեմատիկական վիճակագրական վերլուծության մեթոդներ:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՕԲՅԵԿՏԸ: Օբյեկտ են հանդիսացել \$ուլտբուլի մրցավարը և մրցավարական գործունեության հուսալիության դրսևորումները վարպետության տարբեր մակարդակներում:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՐԿԱՆ: Առարկան հանդիսացել են \$ուլտբուլի մրցավարի գործունեության հուսալիության ապահովման կառուցվածքային և գործոնային բաղադրամասերն ու մեխանիզմները:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱԿԱԶՄԸ: Հետազոտությանը մասնակցել են Հայաստանի \$ուլտբուլի \$եդերացիայում գրանցված 40 մրցավարներ, որոնք հանդիսանում են \$Ի\$Ա-ի, հանրապետական, առաջին, երկրորդ, երրորդ կարգի մրցավարներ: Կազմվել է երկու՝ Ա և Բ որակավորման խմբեր՝ յուրաքանչյուրում 20 մրցավար:

Ա խմբում ընդգրկվել են 5 տարուց ավելի մրցավարական ստաժ ունեցող՝ \$Ի\$Ա-ի, Հանրապետական, առաջին և երկրորդ կարգի որակավորված մրցավարներ, իսկ Բ խմբում՝ 5 տարուց պակաս ստաժ ունեցող, հիմնականում պատանեկան առաջնության խաղեր վարող երկրորդ և երրորդ կարգային մրցավարներ:

ԳԻՏԱԿԱՆ ՆՈՐՈՒՅԹԸ: Կատարված հետազոտության շրջանակում

➤ բացահայտվել է, որ տարբեր որակավորում ունեցող մրցավարների հոգեբանական պատրաստության վիճակի ձևավորման կառուցակարգերն ու հիմքերն իրենց զարգացվածության մակարդակով ու դրսևորման օրինաչափության ներքոլ մասնագիտական կատարելագործման առանձին փուլերում տարբեր են,

➤ տեսականորեն և փորձարարական ճանապարհով հիմնավորվել և հստակեցվել է \$ուլտբուլի մրցավարների գործունեության հուսալիության ապահովման մեթոդական մոտեցում, որի համար հիմք են հանդիսացել \$ուլտբուլի մրցավարների հոգեշարժիչ ընդունակությունների, հոգեկան հատկությունների, անձնային գործոնների տվյալները, նրանց հոգեկան հուսալիության, սթրեսակայունության և մրցավարության ընթացքում թույլ տված սխալների ու սումնասիրությունները, և դրանց համեմատական վերլուծությունը միջազգային կարգի մրցավարների նմանատիպ ցուցանիշների հետ,

➤ անկետային վերլուծության, ինչպես նաև դիտումների արդյունքում պարզվել է, որ հոգեբանական բնույթի մրցավարական սխալներն առավելապես տեղի են ունենում տուգանային հրապարակներում, և առաջարկում ենք ֆուտբոլի տերմինաբանությունն ներմուծել ու այսուհետ գիտական գրականության մեջ կիրառել որոշումների կայացման «արտակարգ էքստրեմալության գոտի» տերմինը:

ԱՃԽԱՏԱՆՔԻ ՏԵՍԱԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ: Մրցավարի հոգեկան հուսալիության հիմնախնդրի հետազոտությունը տեսական մեծ նշանակություն ունի մրցավարական գործունեության կառավարման և հոգեբանական կարգավորման օրենքների, աշխատանքային ակտիվության անհատական-հոգեբանական որոշիչների իմացության, խնդրահարույց իրադրությունների տեղեկատվական նշանների գնահատման հարցում ճանաչողական գործընթացների ունեցած դերը որոշելու, անձի վարքային (աշխատանքային) ակտիվության հարցերը, ինչպես նաև գործառական վիճակների ինքնակարգավորման գործընթացներն ուսումնասիրելու տեսակետից:

Կատարված հետազոտության տեսական նշանակությունը կայանում է ֆուտբոլային գործունեության և դրա հաջող իրականացման նկատմամբ ֆուտբոլի մրցավարների կողմից ցուցաբերվող վերաբերմունքի, անձնային հատկությունների դրսևորման, հոգեկան հուսալիության աստիճանի և դրանց փոխկապակցվածության ուսումնասիրման մեջ: Գիտականորեն հիմնավորվել է նաև ֆուտբոլի մրցավարների հոգեբանական պատրաստության համակարգված համալիր մոտեցումը:

Կարծում ենք, որ ստացված արդյունքները կարող են տեսամեթոդական հիմք հանդիսանալ ֆուտբոլի մրցավարի հոգեբանական պատրաստության ուսումնամարզական գործընթացի կառուցման համար, ինչպես նաև լրացնել սպորտի հոգեբանության համապատասխան բնագավառում նկատվող տեսական գիտելիքների պակասը:

ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ: Հետազոտության կիրառական նշանակությունն այն է, որ ֆուտբոլի մրցավարների մասնագիտական պատրաստության և կատարելագործման գործընթացում հոգեբանական պատրաստության համակարգված մեթոդների կիրառումը կապահովի. ա) ֆուտբոլի մրցավարների

ընդհանուր և հատուկ հոգեբանական պատրաստության կտրուկ աճ, բ) հոգեշարժիչ գործընթացների, հոգեկան ընդունակությունների, անձնային տվյալների բարձրացում, սթրեսակայունություն, արտակարգ ու դժվարին իրավիճակներում հուսալի գործունեության ապահովում, ամենատարբեր բարդ իրավիճակների կանխագգում և ճիշտ գնահատում:

Ստացված արդյունքները կարող են հաջողությամբ կիրառվել ինչպես սկսնակ մրցավարների նախապատրաստական խմբերում, այնպես էլ մրցավարական տարբեր կարգ և դասակարգում ունեցող ֆուտբոլի մրցավարների շրջանում:

ՊԱԾՏՊԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՋԱԴՐՎՈՂ ԴՐՈՒՅԹՆԵՐԸ:

1. Ֆուտբոլի մրցավարի հոգեկան հուսալիությունը բնութագրվում է որպես հոգեբանական պատրաստականության վիճակի կառուցվածքային առաջատար բաղադրամաս՝ ներառելով հուզական դիմացկունություն, կայունություն, արգելքադիմացկունություն, որոշումների կայացման վճռականություն, հոգեշարժիչ և սթրեսակայուն գործոնների ցուցանիշներ:

2. Ֆուտբոլի մրցավարի պատրաստության առաջարկվող մոտեցումը և գործիքային, թեստավորող-ախտորոշիչ մեթոդիկաների նման զուգակցումով առաջին անգամ կիրառված համալիրը հանդիսանում է ֆուտբոլի մրցավարի կատարելագործման տարբեր փուլերի գիտականորեն հիմնավորված մեթոդական հիմքը:

3. Մրցավարի հոգեկան հուսալիության մակարդակի աճը և նրա ֆիզիկական ու հոգեկան գործառնությունների հարմարվողականությունն ու կայունությունը պայմանավորում են մրցավարական գործունեության հուսալիության հոգեբանական ապահովումը, իրավիճակային գործոն ներառող խաղային տարբեր իրադրություններում մրցավարների արագ և անսխալ որոշումների կայացումը:

4. Հայաստանում գործող ֆուտբոլի մրցավարների պատրաստության ներկայիս համակարգում հոգեբանական պատրաստության անհապաղ ներդրումն ու իրագործումն ունի ակնհայտ կիրառական նշանակություն և արդյունավետություն մրցավարական տարբեր ստաժ ու կարգ ունեցող թե՛ արական և թե՛ իգական սեռի ներկայացուցիչների ուսումնամարզական գործընթացի կազմակերպման գործընթացում:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՀԱՎԱՍՏԻՈՒԹՅՈՒՆՆ ՈՒ ՓՈՐՁԱՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆԸ:
Հետազոտության արդյունքների հավաստիությանը ու հիմնավորվածությանը ապահովված են հետազոտվողների քանակակազմի բավականաչափ ծավալով, առաջադրված խնդիրների լուծման համար համապատասխան մեթոդների հուսալիությանը և վալիդ մեթոդիկաների կիրառմամբ:

Հետազոտության արդյունքները պարբերաբար զեկոնցվել են հանրապետական և միջազգային գիտաժողովներում, տպագրվել մասնագիտական պարբերականներում և ժողովածուներում:

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ԾԱՎԱԼԸ ԵՎ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԸ: Ներկայացվող ատենախոսական աշխատանքը շարադրված է 145 համակարգչային էջի վրա, կազմված է ներածությունից, հինգ գլուխներից, եզրակացություններից, մեթոդական առաջարկություններից գրականության ցանկից և հավելվածից: Օգտագործված գրականության ցանկը ներառում է 211 գրական աղբյուր: Ատենախոսության տեքստում ներկայացված են 25 աղյուսակներ, 10 նկարներ:

ԳԼՈՒԽ1. ՄՐՑԱՎԱՐԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ՀՈՒՍԱԼ ԻՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴՐԻ ՏԵՍԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ

Հուսալիության հիմնախնդիրը սպորտում նոր չէ, սակայն մի շարք հարցերի լուծման հետ մեկտեղ, տեսական դրույթների և գործնական հանձնարարականների մշակումով ի հայտ են գալիս նոր չլուծված տեսակետներ: Հուսալիության հիմնախնդրի հետազոտությանը ընդլայնման և խորացման անհրաժեշտության հիմնական պատճառներից են հանդիսանում սպորտում տեղի ունեցող բուռն փոխակերպումները՝ պայմանավորված սպորտի զարգացման ներկայիս տեմպերով ու տեխնոլոգիաներով:

Անցյալ դարի 70-ականներից սկսած մարզական գործունեության հուսալիության հիմնախնդիրը մեծ մասամբ ուսումնասիրվել է կամ կոնկրետ մարզաձևերի հետ կապված, կամ կրել է առավել ընդհանրական բնույթ: Վերլուծվել են

դահուկորդների [22], մարմնամարզիկների [58, 86], բռնցքամարտիկների [63, 173], ծանրորդների [26], հրաձիգների [103, 104], ըմբիշների [4, 160], ջրացատկորդների [181] և այլ մարզաձևերի ներկայացուցիչների հոգեկան հուսալիության բաղադրիչները: Բոլոր այդ և այլ նմանատիպ հետազոտություններում հետազոտողները հուսալիության ապահովման հարցում ուշադրությունը կենտրոնացնում են մարզիկների ֆիզիոլոգիական և հոգեբանական գործոնների ունեցած դերի վրա: Իսկ ավելի ընդհանրացված տեսքով հուսալիության հիմնախնդիրը սպորտում վերլուծվել է Յու. Մ. Բլուդովի (1973), այնուհետև Վ. Ա. Պլախտենկոյի (1983) կողմից, ովքեր անդրադարձել են պատասխանատու մրցումներում հուսալի հանդես գալու համար բարձր որակավորում ունեցող մարզիկների հոգեֆիզիոլոգիական հատկությունների ֆունկցիաներին: Առկա ուսումնասիրություններում առանձնացվել են մարզիկի հուսալիությունը պայմանավորող չորս հիմնական գործոններ՝ կենսամեխանիկական, բժշկական-սափական, հոգեբանական և բարոյաբաղադրական:

Վերջին տասնամյակների մի շարք հետազոտություններում գիտնականներն իրենց ուշադրությունը սևեռում են մարզիկների հուսալիության հոգեբանական, ֆիզիոլոգիական, և հատկապես, տեխնիկատարիկական բաղադրիչներին, ընդ որում՝ սակավ նշանակություն տալով բժշկական-սափական գործոններին [29, 31, 50, 200]:

Մրցավարի հուսալիությունը նրա գործունեության արդյունավետությունը բնութագրող հիմնական կատեգորիաներից մեկն է, որը միաժամանակ նրա անձի հատկությունն է, և ծնվում է հենց այդ գործունեությամբ: Իսկ գործունեության տարբեր տեսակներն անձից պահանջում են որոշակի հատկություններ, որակներ, որոնց ոչ բոլորն են հավասարաչափ տիրապետում [125, էջ 8]: Այդ պատճառով էլ հուսալիության ուսումնասիրումը պետք է հենվի անձի աշխատանքային ակտիվությունն առաջ բերող, ծրագրող և կարգավորող հոգեբանական գործոնների որոշման և դրանց հետազոտության վրա:

Ըստ Յ. Ռ. Յովհաննիսյանի՝ մարդու հոգեկան հուսալիության դիտարկումը նպատակահարմար է իրականացնել նրա կողմից

կատարվող գործունեության ոչ սովորական՝ ծայրահեղ, սահմանային պայմաններում, քանզի «հուսալիություն» եզրույթը որոշ իմաստով արդեն իսկ ենթադրում է դժվարացած պայմանների կամ հնարավոր անբարենպաստ փոփոխությունների առկայություն [9]:

Վերը ներկայացված փաստերը թույլ են տալիս ասել, որ հոգեկան հուսալիությունը գործունեության ծավալման ոչ սովորական, փոփոխված պայմաններում է դառնում այժմեական և ակնառու: Մարդու գործունեության հուսալիության խաթարման հոգեբանական պատճառների վերլուծությունը վկայում է այն մասին, որ դրանցում առաջնային դեր են խաղում տեղեկատվական այն գործընթացները, որոնք որոշում են հոգեկան գործունեության ողջ համակարգային կազմակերպման յուրահատկությունը և միևնույն ժամանակ կարգավորվում հենց այդ գործունեությամբ: Ցանկացած գործունեության հոգեբանական առանձնահատկությունները պայմանավորվում են ոչ թե առանձին հոգեկան հատկությունների և գործառույթների, այլ և կոնկրետ գործունեության համատեքստում պահանջվող որակների գործառական փոխկապակցվածության, փոխներգործության, որոշակի նպատակի նվաճման, այդ թվում՝ նաև մասնագիտական հուսալիության առաջադրված մակարդակի ապահովման բնութագրական գծերը որոշող դրանց միագումարության (ամբողջության) կարգավորող ներգործությամբ:

Կոնկրետ գործունեության գործառույթները կատարելու համար կազմակերպված սուբյեկտի որակների, հոգեկան հատկությունների միագումարությունն իր ամբողջության, միասնության մեջ դիտարկվում է որպես գործունեության հոգեբանական համակարգ, որի շարժընթացի, գործառույթների, կառուցվածքի և էության մասին հայեցակարգը մշակվել է Վ. Դ. Շադրիկովի կողմից [192, 193]: Իսկ ժամանակակից հոգեբանությունը հիմնվում է անձնային մոտեցման վրա, որի էությունը մանրամասն շարադրված է Ս. Լ. Ռուբինշտեյնի այն հայտնի թեզում, որ ցանկացած հոգեկան երևույթի բացատրության կամ մեկնաբանության մեջ անձը հանդես է գալիս որպես ներքին պայմանների սերտորեն կապված, միասնական ամբողջություն, որոնց միջով բեկվում են բոլոր արտաքին ներգործությունները [166]:

Մեր խորին համոզմամբ՝ ինչպես անձնային առանձնահատկությունների, այնպես էլ մասնագիտական կարևոր հատկությունների (ՄԿՀ) հոգեդիագնոստիկայի գործնական կիրառումը \$ուլտբուլի մրցավարների մոտ թույլ կտա կրճատել նրանց մասնագիտական պատրաստության վրա ծախսվող ժամանակը, ինչպես նաև բարձրացնել մրցավարական գործունեության արդյունքների կայունությունը:

Մրցավարների անձնային առանձնահատկությունների ավելի խորն ու հեռանկարային ուսումնասիրման համար, բացի մրցավարական գործունեության մասնագիտագրաֆիկական վերլուծությունից, պետք է դիտարկել նաև միջարքայլ տեսական և գործնական հարցեր: Մրցավարական գործունեության ուսումնասիրման այդպիսի հարցերին մենք վերագրում ենք նաև մրցավարների գործառնութավորման հուսալիության և վալիդության հարցերը: Հենց այս հարցերի լուծումից է կախված մրցավարների մասնագիտական պատրաստության հաջողությունը և \$ուլտբուլային մրցաշարերում մրցավարական գործունեության իրականացման հուսալիությունը:

Հեռանկարային հարցերին կարելի է վերագրել նաև մրցավարական գործունեության հուսալիության ուսումնասիրումը լրացուցիչ խաղակեսերով (90-ի փոխարեն՝ 120 րոպե ժամանակով) ավարտվող մրցումային բեռնվածությունների ազդեցության ներքո: Նման դեպքերում իրադրային պայմանները գործունեության պահանջվող արդյունքը նվաճելու համար պահանջում են մրցավարի օրգանիզմի և հոգեկանի հնարավորությունների ավելի մեծ ծավալի դրսևորում, մինչդեռ մրցավարի շարժողական գործունեությունը ուսումնասիրելով սովորական (ոչ մրցումային) պայմաններում, կարելի է խոսել լոկալ աշխատունակության և արդյունավետության դրսևորման, բայց ոչ կայունության և հուսալիության մասին: Բացի այդ, ինչպես նշել է Բ. Գ. Անանևը [24, էջ 318-326]՝ չափազանց կարևոր է, որ մարդու՝ որպես աշխատանքի սուբյեկտի հիմնախնդիրն ընդգրկում է ոչ միայն աշխատանքային դրդապատճառների և հարաբերությունների, այլև հոգեֆիզիկական կազմակերպումը, որի հատկություններն են աշխատունակությունը, ընդհանուր օժտվածությունը և հատուկ ընդունակությունները:

1.1. «Հոլսալ իոլթյ ուն» հասկացության տեսակների բովանդակային մեկնությունը

Սարրտի հոգեբանությունում մարգումային և մրցումային գործունեության արդյունավետության խնդիրները քննարկելիս անդրադարձ է արվում սուբյեկտի հոլսալ իոլթյ ուն, հոգեկան հոլսալ իոլթյ ուն, հոգեշարժիչ ֆունկցիաների, հոգեկան կայունություն, հոգեկան դիմացկունություն և հոգեկան ինքնակարգավորում հասկացություններին, որոնցից կախված է սուբյեկտի գործունեության ընդհանուր հոլսալ իոլթյ անխորհրդի մշակումը:

Առանձնահատուկ պետք է նշել, որ հատկապես խոշոր մրցաշարերում նկատվող ֆուտբոլի մրցավարների նվաճումների անկայունությունը և գործունեության ծայրահեղության հետ կապված աշխատունակության տատանումները խիստ հրատապ են դարձնում նրանց հոգեկան հոլսալ իոլթյ անսումնասիրումը:

Ինչպես նշում է Ա. Ա. Մարկոսյանը՝ «հոլսալ իոլթյ ունը լայն իմաստով հանդիսանում է կենդանի օրգանիզմի ընդհանուր կենսաբանական սկզբունք և ընկած է նրա ողջ կառուցվածքի հիմքում: Կենսաբանական համակարգի հոլսալ իոլթյ ունն ամրապնդված է խիստ ծածկագրված ժառանգականությամբ: Դրա հետ մեկտեղ, այն բավականին անկայուն է կենսական սահմաններն ընդլայնելու պոտենցիալ հնարավորությունների մասով, ինչը մենք նկատում ենք կյանքի պայմանների փոփոխության, ամենատարբեր մարգումների և շատ այլ ծայրահեղ պայմանների առաջացման դեպքում» [126, էջ 225]: Վ. Ա. Պլախոյենկոյի և Յ. Մ. Բլունդովի կարծիքով՝ յուրաքանչ-յուր գործունեության մեջ հոլսալ ի անձը օժտված է կամային հատկանիշներով, կայուն հոգեկան գործառնություններով, տեղեկատվության մշակման բարձր արագությամբ, ունի բարձր որակավորում, նպատակասլաց է և հուզականորեն կայուն [155]:

Ինչպես հայտնի է՝ «հոլսալ իոլթյ ուն» և «կայունություն» հասկացություններն անմիջականորեն համադրվող եզրույթներ են, քանզի դրանք փոխադարձ պայմանավորում են միմյանց: Սակայն գործունեության մեջ դրսևորվող անձի ակտիվության

անպայմանորեն (անխուսափելիորեն) հաջորդում են պասիվությանը ու հոգնածությանը, հետևաբար նաև նրա հուսալիության փոփոխականությունը ու անկայունությունը: Այստեղ չափազանց մեծ դերակատարություն ունեն նաև մրցավարների մասնագիտական պատրաստվածությունը ու դիմացկունությունը: Եվ չնայած այն հանգամանքին, որ նշված հասկացություններն իմաստային տեսակետից մոտ են միմյանց, այդուհանդերձ իրենց բովանդակությամբ դրանք տարբեր են: Այսպես՝ հոգեբան Պ. Կուկատը հոգեկան կայունության ներքո հասկանում է բեռնվածությունների բարձր մակարդակում օրգանիզմի՝ հոգեֆիզիկական հավասարակշռությունը կարգավորելու ընդունակությունը [107]:

Հոգեբանության տարբեր բնագավառներում սույն հիմնահարցի հետազոտության պրակտիկայի, ինչպես նաև «հուսալիություն», «վստահելիություն» հասկացությունների կիրառության միտումների առումով հարկ ենք համարում անդրադառնալ բառարանային և մասնագիտական աղբյուրներում տեղ գտած որոշ հիմնավորումների: Այսպես, օրինակ, ըստ Վ. Ս. Բեգրուկովի բառարանի՝ հուսալիությունը անձի հոգևոր և բարոյական այն առանձնահատուկ դրական որակն է, որն արտահայտում է նրա վարքի բարոյական հիմքերի ամրությունն ու կայունությունը [208]: Իսկ հուսալի դիտարկվում է այն պատասխանատու մարդը, ով հավատարիմ է իր խոսքին ու գործին, ունի համոզմունքների կայուն համակարգ և ունակ է պաշտպանել թե՛ իրեն, և թե՛ ուրիշներին: Նման մարդու վրա մշտապես ամեն ինչում կարելի է հույս դնել, նրան կարելի է վստահել, այսինքն՝ նա երբեք չի «ծախի» և չի դավաճանի:

Ընդհանրապես մանկավարժական հոգեբանության մասնագետների մեծ մասը համակարծիք են, որ մարդկանց «ընդհանուր բարոյական նորմերը» ներառում են այնպիսի առաքինություններ, ինչպիսիք են ազնվությունը, բարյացակամությունը, արդարամտությունը և հուսալիությունը, ընդ որում՝ վերջինները ոմանք համարում են նաև բնավորության հատկություններ [114, էջ 195]: Այդ պատճառով էլ, երբ Դ. Չեռնը (1997) իր հետազոտության ժամանակ ուսուցիչներին հարցնում է, թե ինչ արժեքների վրա պետք է հենվի դպրոցական դաստիարակությունը, ապա նրանց 75 և ավելի տոկոսը համաձայնում է, որ այդ արժեքների

մեջ պետք է լինեն ինչպես պատասխանատվությունը, հարգանքը, հոգատարությունն ու արդարամտությունը, այնպես էլ հուսալիությունը [206]: Ըստ Տ. Յ. Իվանովի և Վ. Ի. Պրիտոկոյի (2004)՝ հուսալիությունը համարվում է «գերմանական» առաքինություն և առանձնապես չի գնահատվում [182, էջ 249]:

Վ. Մ. Կրուկը (2010) ենթադրում է, որ հուսալիություն (վստահելիություն) հասկացությունն ի սկզբանե բնութագրել է մարդու համապատասխան անձնային, գործառական և գործունեական ցուցանիշները, և միայն ավելի ուշ՝ այն ներթափանցվել է տեխնիկական գիտությունների ու աշխատանքային հոգեբանության բնագավառ [102]:

Ըստ 1847-ին հրատարակված ռուսերեն ու սլավոներեն եկեղեցական բառարանի՝ «հուսալի մարդը նա է, ով հիմնավոր հույս է տալիս, ցուցաբերում ամրություն ու հավատարմություն» [171, էջ 361]: Մարդու հուսալիությունը ավանդաբար շարունակում է դիտարկվել որպես մի հիմնախնդիր, որը պահանջում է ընտրություն, վերահսկողություն և հատուկ ապահովում (հոգեբանական պատրաստություն):

Հոգեբանների գիտական հանրության շրջանակում հուսալիության հիմնախնդրի առաջադրումը գլխավորապես կապվում է ինժեներական հոգեբանության, մարդու՝ օպերատորի (մեր դեպքում՝ մրցավարի) գործունեության հետ: Վ. Ա. Բոդրովը և Վ. Յ. Օռլովը նշում են, որ տեխնիկական առաջընթացը և դրան հարակից՝ տեխնիկայի խափանումների ու սխալ գործողությունների, վթարների, պրոֆեսիոնալ տրավմատիզմի (մասնագիտական վնասվածության) տեսքով անբարենպաստ հետևանքները մարդու գործունեության հուսալիությունն ուսումնասիրելու պատճառ են հանդիսացել: Դրա զարգացման ուղղվածությունն ու բովանդակությունը որոշվել են աշխատանքի ֆիզիոլոգիայի և հոգեբանության բնագավառի, ինժեներական հոգեբանության, էրգոնոմիկայի և այլ գիտակարգերի ձեռքբերումներով: Այս հիմնախնդրի հետազոտությունների հիմնական առարկան գործունեության ընթացքում թույլ տրվող մարդու սխալներն են, դրա պատճառները, դրսևորումներն ու հետևանքները, ինչպես նաև աշխատանքի անվտանգության և բարձր հուսալիության ապահովմանը միտված հոգեբանական հանձնարարականները [35, էջ 48]:

Մասնագիտական գործունեության հոգեբանության համատեքստում հուսալիության հիմնահարցին իր աշխատանքներից մեկում անդրադարձել է Վ. Ա. Բոդրովը, ով փաստում է, որ «Աշխատանքային գործառույթների կատարումը մեծ պատասխանատվություն է դնում մասնագետի վրա, քանզի նրա գործողությունների հուսալիությունն և արդյունավետությունն են մեծապես կախված աշխատանքի որակն ու անվտանգությունը» [34, էջ 801]: Սրա հետ կապված հետաքրքրական գաղափարներից մեկը կապված է այն բանի հետ, որ «հուսալիություն» հասկացությունը փոխառվել է գործունեության տեխնիկական միջոցների բնութագրերից, և առավել ընդհանուր տեսքով՝ հասկացվում է որպես առաջադրանքի հաջող կատարման հավանականություն [35, էջ 15]: Նշված դրույթը տարբեր հետազոտողների կողմից առաջարկված հուսալիության սահմանումներում իր հաստատումը գտնում է հիմնախնդրի տարբեր կողմերի դիտարկումներում: Այսպես, օրինակ՝ Վ. Դ. Նեբիլիցինի մոտ դա հաստատվում է անհատի նպատակահարմար աշխատանքային չափորոշիչների կայունության, իրադրության հնարավոր բարդացման պայմաններում պահանջվող աշխատանքային որակները պահպանելու ընդունակության, «պահպանողականության» մեջ, Վ. Խակերի մոտ՝ սխալ գործողությունների բացակայության մեջ, Ա. Ի. Գուբինսկու, Վ. Ֆ. Վենդայի և ուրիշների մոտ՝ աշխատունակության մեջ, իսկ Մ. Ա. Կոտիկի և համահեղինակների մոտ՝ ժամանակի առաջադրված միջակայքում նորմալ կենսագործունեության կոնկրետ պայմաններում, նախանշված սահմաններում կառավարելու, աշխատանքի առաջադրված ռեժիմը պահպանելու գործառույթները կատարելու ընդունակության մեջ:

Այս մոտեցումների վերլուծության հիման վրա արդարացի հետևություն է արվում, որ օպերատորի (մրցավարի) հուսալիությունը բնութագրվում է ոչ միայն նրա տարբեր ցուցանիշների (անվտանգության, անսխալության, յուրաժամանակության, վերականգնվողականության և այլն) համակարգով, այլև տարբեր ձևերով, որոնք որոշվում են գլխավոր նպատակներով և գնահատման չափանիշներով: Ընդհանրացնելով դրանք՝ Վ. Ա. Բոդրովը ներմուծել է «մասնագիտական» և «գործառական» հուսալիություն հասկացությունները [35, էջ 24]:

Մասնագիտական հոլսալ իոլթյ ու նը բնութագրում է այլ մասնագետների, տեխնիկական համակարգի հետ փոխներգործելիս առաջադրված պայմաններում կոնկրետ նպատակի նվաճման համար մրցավարի կատարած գործողությունների անխափանությունը, անսխալությունը և յուրաժամանակությունը: Դրա կենտրոնական հասկացությունը «խափանումն է, մերժումը», ինչն ուղեկցվում է սխալների ի հայտ գալով:

Գործառական հոլսալ իոլթյ ու նը մարդու՝ օպերատորի գործառական համակարգերի հատկությունն է ապահովել ու մասնագիտական խնդիրը որոշակի ժամանակահատվածում և առաջադրված որակով լուծել ու նրա հարաշարժ կայունությունը: Այն արտացոլում է օբյեկտի կառավարման գործընթացին մարդու էներգետիկ և տեղեկատվական հարմարողականության բնույթը [35, էջ 36]:

Հոլսալ իոլթյ ու նն անքակտելիորեն կապված է աշխատունակության՝ որպես համակարգային հատկության հետ, որը կազմավորվում է գործունեությունում ներառվելու արդյունքում:

Մասնագիտական հոլսալ իոլթյ ու նը մարդուն բնութագրում է ըստ գործունեության վերջնարդյունքի, ըստ աշխատանքի ընթացքում ճիշտ ու ժամանակին կատարվող գործողությունների: Իսկ գործառական հոլսալ իոլթյ ու նն արտացոլում է օրգանիզմի ռեակտիվության համարժեքությունն ու կայունությունը գործունեության կոնկրետ պայմաններում:

Հոլսալ իոլթյ ու ն հասկացության ինքնուրույն իմաստներից է նորմատիվության (նորմերին, կանոններին համապատասխանելու, դրանց պահպանումը վերահսկելու և խախտումները կանխարգելելու) գործառույթը: Ինչպես գիտենք հոլսալ իոլթյ ու ն հասկացության կիրառման պրակտիկան վկայում է դրա անձնային իմաստի մասին: Հոլսալ իոլթյ ու նը, որպես մարդու պատասխանատվության, ընդհանուր ազնվության (օրինավորության) բնութագիր, չինացի մեծ մտածող Կոնֆուցիոսը կիրառել է դեռևս մ. թ. ա. 6-րդ դարում, ով նշում էր, որ «իսկական իմաստունը նա է, ով ապավինում է հոլսալ ի (վստահելի) մարդկանց» [91, էջ 315]:

Մարդու հոլսալ իոլթյ ու նը ավանդաբար դիտարկվում է որպես մի խնդիր, որ պահանջում է ընտրություն, վերահսկողություն և

հատուկ ապահովում: Դանկատվում է հատկապես մարդկանց կյանքի ու առողջության համար մեծ ռիսկի հետ կապված արտակարգ, ծայրահեղ խնդիրներ լուծելու օրինակներում՝ բանակում, սպորտի առավել վտանգավոր (էքստրեմալ) ձևերում և այլն: Ա. Վ. Սուվորովը խոսելով զինվորների պատրաստականության մասին նշել է, որ «հուսալիությանը խիզախության հիմքն է» [179, էջ 37]:

Անդրադառնալով Ն. Դ. Բուտովսկու կողմից զինվորների հուսալիության մասին արված հետևություններին, մենք գալիս ենք այն համոզման, որ ցանկացած մարդու, այդ թվում՝ նաև մրցավարի հուսալիությանը հատուկ տարվող աշխատանքի արդյունք է, միաժամանակ նաև նրա բարոյականության ցուցիչ [37]: Այդուհանդերձ, մասնագիտական գրականության վերլուծությունը ցույց է տալիս, որ անձի հուսալիության հոգեբանությունն առայսօր իր արժանի գարգացումն այդպես էլ չի ստացել [102]:

Ներկայումս գործունեության հուսալիությունն ուսումնասիրվում է առավելապես ինժեներական հոգեբանության կողմից: Հոգեբանության այս բնագավառի ուսումնասիրությունների հիմնական առարկան գործունեության ընթացքում թույլ տրված մարդկային սխալներն են, դրանց պատճառները, դրսևորումներն ու հետևանքները, ինչպես նաև աշխատանքի անվտանգության և հուսալիության ապահովման հանձնարարականների մշակումը: Ելնելով նշվածից՝ Վ. Ա. Բոդրովը և Վ. Յ. Օրլովը տարբերում են հուսալիության «մասնագիտական» և «գործառական» տեսակներ [35]: Իսկ մասնագետի հուսալիությունն ուղիղ կախվածության մեջ է գտնվում նրա մասնագիտական պատրաստվածության որակից, անհատական առանձնահատկություններից, այդ թվում՝ անձնային գործոններից [142]:

Հուսալիությունն ունի հոգեբանական մեթոդներով չափվող ճանաչողական (կոգնիտիվ), իմաստային, հուզական և բարոյական որոշիչներ [176]:

Ե. Կ. Վեսելովան (2003) մասնագիտական գործունեության բարոյական հուսալիությունը սահմանում է որպես կոնկրետ մասնագիտության բարոյագիտական և մասնագիտական նորմերի ու կանոնների պահանջներին հետևելու ընդունակություն, դժվարին պայմաններում և իրադրություններում արդարացի, անաչառ ու

բարեխիղճ մնալու, ինչպես նաև բարոյապես դրսևորվելու կարողություն [43]: Իսկ Ե. Յ. Ստրիժովը (2009) այն սահմանում է որպես անձի ինքնագիտակցության զարգացածության մակարդակի բնութագիր, որի դեպքում կյանքի նպատակներն ու դրանց նվաճման միջոցները գիտակցված, կազմակերպված և համակարգված են բարոյականության նորմերին համահունչ [176]:

Մարդու հոլսալիությունն, այս հասկացության լայն առումով, մեկնաբանվում է որպես իրադրության հնարավոր բարդացման պայմաններում պահանջվող որակների պահպանման ընդունակություն, անհատի օպտիմալ աշխատանքային ցուցանիշների կայունություն, պահպանողականություն [138]: Իսկ մարդու հոգեկան հոլսալիությունը մարզական (մրցավարական) գործունեությունում որոշվում է նրա այն հոգեկան և հոգեֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունների ամբողջությամբ, որոնցից կախված է գործունեության արդյունավետությունը դժվարացված պայմաններում և որոշակի ժամանակահատվածում: Ժամանակակից խոշոր մրցաշարերը ֆուտբոլային մրցավարներից պահանջում են նյարդամկանային էներգիայի հսկայական վատնում, դրանք փորձության են ենթարկում օրգանիզմի բոլոր համակարգերը, այդ թվում նաև հոգեշարժողական որակները: Այսպիսով՝ վերլուծելով սպորտում կատարված մի շարք հետազոտություններից ստացված արդյունքները, մենք գալիս ենք այն համոզման, որ հոգեկան և հոգեշարժողական հոլսալիության բարձրացումը մասնագիտական գործունեության ընթացքում դառնում է մրցավարության որակը որոշող առաջնային խնդիրներից մեկը [66, 89, 108]:

Ըստ Վ. Ա. Պլախտիենկոյի, հոգեկան հոլսալիությունը մարդու ամբողջական որակ է, որը թույլ է տալիս նրան պահանջվող ժամանակի ընթացքում արդյունավետ և կայուն կատարել նպատակային խնդիրները ծայրահեղ պայմաններում [155]: Իսկ հոգեշարժողական հոլսալիության կառուցվածքը մարդու օրգանիզմի անատոմոֆիզիոլոգիական համակարգերի բարդ որակ է, որը թույլ է տալիս նրան արդյունավետորեն հաղթահարել հոգեկան և ֆիզիկական բեռնվածությունները շարժողական (մրցավարական) գործունեության ծայրահեղ պայմաններում [154]: Հոգեկան հոլսալիությունն ավելի տարողունակ հասկացություն է, որը չի

սահմանափակվում միայն հոգեկան կայունությամբ կամ դիմացկունությամբ, այլև ներառում է ինքնավերահսկողության, ինքնակարգավորման և ինքնակառավարման գործունեության կապված հենց գործունեության ծայրահեղության, հոգեկան և շարժողական լարվածության փոփոխվող մակարդակների հետ [146, էջ 125]:

Որքան քիչ է ապակոորդինացվում (ապահամածայնեցվում) մարդու շարժողական գործունեությունը և որքան բարձր է նրա արդյունավետությունը ծայրահեղ պայմաններում, այնքան բարձր է նրա հուսալիությունը:

Անհրաժեշտ է տարբերակել նաև հոգեկան գործընթացների արդյունավետությունը հոգեկան հուսալիությունից: Չնայած այս երկու հասկացությունների փոխապայմանավորվածությանը, սրանցում կան բովանդակային լուրջ տարբերություններ: Եթե առաջին դեպքում հաշվի են առնվում գործունեության կատարման առկա արդյունքները (որոնք կարելի է գրանցել և ուսումնասիրել սովորական և բարձրացված պահանջներ ներկայացնող պայմաններում), ապա երկրորդ դեպքում հաշվի է առնվում գործունեության արդյունավետությունը՝ անընդհատ փոփոխվող, անորոշության տարրեր պարունակող, ինչպես նաև հետագա, հավանական գործողությունների կանխատեսման և գնահատման պայմաններում: Ըստ Յ. Ռ. Յոզհաննիսյանի՝ սուբյեկտի հոգեկան գործառնությունների դրսևորման արդյունավետությունը ծայրահեղ (արտակարգ) պայմաններում բնութագրվում է հոգեզգայ աշարժական ակտերի, իրադրության մեջ արագ կողմնորոշվելու, արդյունավետ որոշումների կայացման, հոգեկան կայունության որակական և քանակական ցուցանիշներով, որոնց ամբողջությունն էլ հենց ցույց է տալիս հոգեկան հուսալիությունը [9, էջ 7 և 21]:

Մարդու հուսալիության սահմանումները կրում են ինչպես քանակական, այնպես էլ որակական բնույթ: Քանակական սահմանումները, որոնք տրվում են հավանականության տեսության և վիճակագրության եզրույթներով, հարմար են նրանով, որ առաջարկում են հուսալիության ճշգրիտ թվային չափումներ: Այսինքն, այս դեպքում, հուսալիությունը դիտվում է որպես հավանականություն այն բանի, թե խնդրի լուծման ճանապարհին ինչ հարաբերության մեջ են գտնվում ճիշտ և սխալ գործողությունները (ըստ նորմատիվ) չափանիշների: Սակայն

մարդու հուսալիության ուսումնասիրման ժամանակ դրանց կիրառումը բարդանում է, քանի որ հիմնված են այնպիսի չափանիշների վրա, որոնք միանշանակ կիրառություն չունեն:

Տեսական վերլուծությունից պարզ է դառնում, որ հոգեկան հուսալիության ուսումնասիրման համար համալիր մոտեցումն ունի զուտ տեսական նշանակություն, իսկ դրա գործնական կիրառումից ստացված արդյունքներն այնքան էլ օգտակետ չեն՝ հատկապես, երբ դրանք պետք է կիրառություն գտնեն լարված իրավիճակներում:

Վերը ասվածի հիման վրա մենք հանգում ենք այն դատողությանը, որ մրցավարի հոգեկան հուսալիության ուսումնասիրումը սովորական, «ոչ մրցապայքարային» պայմաններում, նպատակահարմար չէ: Իսկ ժամանակակից ֆուտբոլային մրցաշարերին բնորոշ սուր մրցակցության պայմաններում հնարավոր ոչ միօրինակ իրադրություններում կարևոր դերակատարություն են ստանձնում ֆուտբոլի մրցավարի հոգեկան այնպիսի որակներ, ինչպիսիք են հուզակամային կայունությունը, հարմարողունակությունը, արգելքադիմացկունությունը, կողմնորոշման և որոշումների կայացման արագությունը, մտավոր և վարքային գործողությունների փոխհամապատասխանությունը, ինքնակառավարման և օրգանիզմի գործառնական վիճակների մոբիլիզացման ընդունակությունները, բարձր ինքնատիրապետումը և այլն:

1.2. Հոգեկան հուսալիության հետազոտման հիմնախնդիրները սպորտում

Մրցավարի հոգեբանական առանձնահատկությունների, հոգեֆիզիոլոգիական հնարավորությունների և նրան ներկայացվող մասնագիտական պահանջների միջև արտահայտված հակասությունների առկայությունը պայմանավորում է մրցավարական գործունեության օրինաչափությունների շարունակական ուսումնասիրությունների անհրաժեշտությունը, ինչպես նաև դրա լավարարմանն (օպտիմալացմանը) ուղղված գործնական հանձնարարականների մշակումը: Վերջին կես դարի ընթացքում աշխատանքի և ինժեներական հոգեբանության

բնագավառներում օպերատորական գործունեության ամենատարբեր գիտական հարցերի ուսումնասիրմանը նվիրվել են բազում հետազոտություններ [41, 42, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 101, 138, 139, 151, 152]:

Ըստ Բ. Ֆ. Լոմովի՝ ինժեներական հոգեբանության գիտակարգում կենտրոնական տեղ է զբաղեցնում մարդու հուսալիության խնդիրը: Եվ քանի որ հուսալիությունը որոշվում է անհրաժեշտ ժամանակահատվածում այս կամ այն համակարգի պահանջվող ճշգրտությամբ աշխատելու հնարավորությունով, ուստի վերը նշված խնդրի շրջանակում կարևորվում են ինչպես ժամանակի, այնպես էլ օպերատորի գործողությունների ճշգրտության ուսումնասիրությունը [119, էջ 405-406]: Յետևաբար՝ մրցավարական գործունեության հոգեբանական առանձնահատկությունների տեսական և կիրառական հետազոտությունների առաջնային խնդիրներից մեկը մրցավարների հուսալիության հիմնահարցն է: Մարդու հուսալիության տեսության մեջ առավել կարևոր և սակավ ուսումնասիրված հարցերից մեկը համարվում է դրա կարգավորման մեխանիզմների հիմնախնդիրը: Հուսալիության մեխանիզմների ուսումնասիրումը մի շարք հետազոտողներ անհրաժեշտ են համարում կատարել մարդու՝ որպես գործունեության սուբյեկտի և կենսաբանական համակարգի կառուցվածքային տարբեր մակարդակների յուրահատկությունների հանդեպ ունեցած կողմնորոշումով: Ինչպես նշում է Ա. Ն. Լեոնտևը՝ մարդուն ուսումնասիրելիս առանձնացվում են հետևյալ մակարդակները.

- կենսաբանական մակարդակում մարդը բացահայտվում է որպես բնական, մարմնական էակ,
- հոգեբանական մակարդակում մարդը հանդես է գալիս որպես խանդավառ գործունեության սուբյեկտ,
- սոցիալական մակարդակում մարդն իրեն դրսևորում է որպես հասարակական-պատմական գործընթացի սուբյեկտ, ով իրականացնում է հասարակական օբյեկտիվ հարաբերություններ [113, էջ 231]:

Կենսաբանական մակարդակին են վերագրվում մարդու հուսալիությունը, շրջակա միջավայրի նկատմամբ նրա կայուն ու

մշտական հարմարումն ապահովող ինչպես գեներտիկական, այնպես էլ ֆիզիոլոգիական կարգավորող մեխանիզմները: Մարդու գոյության նորմալ և ծայրահեղ պայմաններում նրա կյանքն ու գործունեությունը ապահովող գործընթացների հոմեոստատիկ և հարմարողական կարգավորման խնդիրների առումով կենսաբանական հոլսալիությունն ապահովող մեխանիզմների ձևավորման գործընթացները հանդիսացել են Վ. Ի. Մեդվեդևի հետազոտությունների առարկան [128, 129, 130]:

Մարդու՝ որպես կենդանի փարդ համակարգի ուսումնասիրության մակարդակների հնարավոր հիերարխիայի տեսակետից հոլսալիության մեխանիզմների դիտարկման անհրաժեշտությունը նկատվում է նաև այլ հետազոտողների մոտ [62, 143]: Համաձայն Ա. Ա. Մարկոսյանի առաջարկած «կենսաբանական համակարգի հոլսալիության» հայեցակարգի՝ հոլսալիության ներքո հասկացվում է կարգավորման այնպիսի մակարդակ և ինքնին գործընթացի տարրերի այնպիսի հարաբերակցություն, երբ դրան պատկանող հարմար ընթացքն ապահովվում է պահուստային հնարավորություններով ու նախնական վիճակին արագ վերադարձով, ինչը երաշխավորում է շտապ հարմարումն ու վերականգնումը [127, էջ 224]: Ա. Մարկոսյանը գտնում է, որ կենսաբանական հոլսալիությունը տարիքի հետ փոփոխվում է և կախված է առողջական վիճակից, հարմարվողական մեխանիզմների զարգացման մակարդակից, ինչպես նաև ֆիզիկական ու նյարդահուզական բեռնվածություններից և այլ գործոններից:

Ինչ վերաբերում է անձի հոլսալիության ապահովման հոգեբանական մակարդակին, նրա կայուն աշխատունակության կարգավորման մեխանիզմներին, ապա պետք է արձանագրենք, որ վերջիններս դեռ բավարար չափով ուսումնասիրված չեն: Մի շարք աշխատանքներում ցույց է տրվել հոլսալիության ձևավորման և դրսևորման մեջ որոշ հոգեբանական երևույթների, մասնավորապես ընկալման հաստատունության հատկության, ճանաչման սիմուլտան (միաժամանակյա) և սուկցեսսիվ (հաջորդական) ձևերի հարաբերակցության, կոնկրետ գործունեության կարգավորման համարժեք հոգեկան պատկերի կառուցման, տեղեկատվական անորոշության իրավիճակներում ու շարժումների ընտրողականության կատարած դերը: Նույնքան կարևոր, սակայն

մինչ այսօր դեռևս քիչ ուսումնասիրված է մնում հուսալիության կարգավորման հարցում գործունեության սուբյեկտի անձնային բնութագրերի ունեցած դերը:

Մրցավարի գործունեությունը՝ որպես տարաբնույթ վարքային ակտիվության գիտակցված ձև որոշվում է ոչ միայն սուբյեկտի մասնագիտական որակներով, այլև նրա անձնային առանձնահատկություններով: Գործունեության մեջ անձնային որակների արտացոլումը դրսևորվում է տարբեր մակարդակներում (զգայական-պերցեպտիվ, պատկերացումների, տրամաբանական-խոսքային) աշխատանքային գործընթացի կարգավորման մեխանիզմների մեջ դրանց ընդգրկվածությամբ: Բնականաբար, խաղային կոնկրետ պայմաններում անձնային ոչ համարժեք ակտիվացումը (մոբիլիզացիան), անձնային ոլորտի խաթարումները և անձի դրսևորումների այլ անհամապատասխանությունները ստեղծում են մրցավարական գործունեության իրականացման դժվարություններ, առաջ են բերում աշխատունակության խանգարումներ և մրցավարի հուսալիության նվազում:

Բնութագրելով հուսալիության հնարավոր հոգեբանական մեխանիզմները Գ. Ս. Նիկիֆորովը [141, 143], որպես օրինակ նշում է, որ ընկալման հաստատունության հատկությունը այդ գործընթացի հուսալիությունն ապահովում է շրջակաօբյեկտների երևան գալու տարատեսակ պայմանների հնարավոր ներգործությունների փոխհատուցման հաշվին: Պերցեպտիվ համակարգի այս հատկությունը նպաստում է դրա հնարավոր խանգարումների շտկմանը և ընկալման համարժեք պատկերների ձևավորմանը: Իսկ կոնկրետ օբյեկտների ճանաչման գործընթացի հուսալիությունը ձևավորվում է օնթոգենեզում կամ հատուկ մարզման մեթոդներով:

Ուշադրություն է դարձվում նաև այն բանին, որ մարդը հարմարման կամ փոխհատուցման միջոցով ունակ է որոշ չափով դիմադրել անբարենպաստ գործոնների ազդեցությանը: Այստեղ սակավ դեր չեն խաղում մարդու անձնային առանձնահատկությունները, նրա հուզականային, տիպաբանական և այլ որակները: Փոխհատուցիչ մեխանիզմները բնորոշ են անձի դրսևորումներին և ճանաչողական ու հոգեշարժողական որոշ որակներին:

Հոգեկան կարգավորման նշված մեխանիզմները տեղեկատվության փոխակերպման գործընթացների կայունությունն

ու մշտականությունը ապահովում են այն չափով, որը որոշվում է ծայրահեղ, անբարենպաստ ներգործությունների ինտենսիվությամբ ու շարունակականությամբ, ինչպես նաև մարդու հոգեկան գործառույթների նախնական վիճակով:

Իսկ մարդու շարժողական գործունեության ինքնակարգավորումը կարող է լինել ընդհանուր (վարքային) և ավելի յուրահատուկ (հոգեշարժողական):

Օ. Ա. Կոնոպկինի կատարած զգայաշարժողական գործողությունների ինքնակարգավորման մեխանիզմների հետազոտությունները ցույց են տվել, որ դրանք հանդիսանում են գործունեության կայունացման մեխանիզմներ, ինչը հանգեցնում է վերջինիս հուսալիության բարձրացմանը: Ինքնակարգավորման միջոցով անձը պահպանում է ակտիվության կայուն մակարդակը՝ անկախ այս կամ այն փուլում վիճակի փոփոխելիությունից: Իսկ հոգեֆիզիկական և հոգեկան գործընթացները, ինչպես հայտնի է, ունեն ցիկլեր և շրջաններ: Ինքնակարգավորումը կայանում է գործունեության ընթացքի, նրա իրադարձությունների և բնույթի հարաբերակցությունում այդ շրջանների և ցիկլերի ակտիվացման և բաշխման ուղղորդվածության մեջ: Կան գործունեության ձևեր, որոնք պահանջում են լարվածություն առաջին փուլերում, մյուսները՝ ավարտվող փուլերում, երրորդները՝ առավելագույն ակտիվություն ժամանակի չառաջադրված և չկանխատեսված պահին: Այս օբյեկտիվ բնութագրերը սուբյեկտից պահանջում են սեփական գործունեության ամբողջական համակարգային կարգավորում: Սրա հիման վրա սուբյեկտը հաղթահարում է օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ դժվարությունները, անսպասելի շրջադարձերը, ժամանակի պակասը և այլն [90]:

Կարելի է ենթադրել, որ մարդու հոգեկան ինքնակարգավորումը կատարելագործելիս նրա գործունեության կառավարումը մի մակարդակից անցնում է մյուսին՝ ստեղծելով պայմաններ կարգավորման ավելի բարձր մակարդակի համար: Մի շարք հեղինակներ կարծում են, որ հոգեկան գործունեության կարգավորման բարձրագույն մակարդակը ներառում է անձնային կարգավորումը շփումներում, համատեղ գործունեությունում և նրա կոորդինացիան (համաձայնեցումը) այլ սուբյեկտների գործողությունների հետ [25]: Ընդհանրապես հոգեկարգավորման

խնդիրը համարվում է սպորտի ամենաարդիական խնդիրներից մեկը, քանի որ հոգեբանական գործունի ազդեցությունը մարզական գործունեության մեջ բավական մեծ է, և ամենաշատը այն ուսումնասիրված է մարզիկի նախամեկնարկային վիճակների կարգավորման հետ կապված: Ինչպես նշում է Ա. Ստեփանյանը, սպորտում հոգեբանական պատրաստությունն անցնող անձանց մոտ, նախքան հոգեկարգավորման տեխնիկաների յուրացմանն ու ինքնուրույն կիրառությանն անցնելը, անհրաժեշտ է զարգացնել հոգեկարգավորման ընդունակությունը, որը հետագայում կապահովի անհրաժեշտ տեխնիկաների հմուտ տիրապետումը և կիրառման արդյունավետությունը [19, էջ 3]: Մի շարք մասնագետների կարծիքով՝ ինքնակարգավորման ցածր մակարդակից ավելի բարձրին անցնելու պայմաններից մեկը մարզվածության որոշակի աստիճանն է, ինչպես նաև ինքնակարգավորման մեխանիզմում ավելի բարձր մակարդակի բաղադրամասերի ներառումը [140]:

Հոգեկան ինքնակարգավորման բնորոշ նշաններն են շարժողական գործունեության օպտիմալ հուսալիությունն ու բարձր արդյունավետությունը, ինքնակազմակերպվող ակտիվությունը և ներքին նպատակաուղղվածությունը: Հետևաբար՝ հոգեկան ինքնակարգավորումը բազմամակարդակ հոգեֆիզիոլոգիական կազմավորում է, որը շարժողական գործունեության հուսալիության ու արդյունավետության, ներքին նպատակաուղղվածության, ինքնակազմակերպվող ակտիվության հաշվին ձևավորվում է օնթոգենեզում և նպատակաուղղված հոգեբանական ներգործության գործընթացում:

Ֆուտբոլի մրցավարի հոգեկան հուսալիության ներքո հասկացվում է նրա կողմից սպասարկվող մրցումների ընթացքում հնարավոր արտասովոր և ծայրահեղ իրադրություններում իր իսկ դրական հոգեվիճակի և արդյունավետ հոգեկան գործունեության կայուն պահպանման հավանականությունը [159, 162]:

Ֆուտբոլի մրցավարի աշխատունակությունն ու շարժողական գործունեության արգասավորությունը գերազանցող հոգեկան վիճակների և գործունեության «կայուն արդյունավետությունը» ապահովվում է հոգեկան բաղադրարիչների համալիրով: Դրանց թվում կարելի է առանձնացնել .

- անձնային այն հատկանիշները, որոնք ընդհանուր առմամբ նպաստում են արդյունավետ արգելքադիմացկուն (անխաթար) գործունեությանը, օրինակ՝ հուզական կայունությունը, հոգեկան դիմացկունությունը, հավակնությունների մակարդակը, ձեռքբերումների դրդապատճառայնությունը (մոտիվացիան) և այլն,
- սթրեսաժիս գործոնների ներգործության պայմաններում հոգեվիճակները կարգավորելու կարողությունը,
- այն հատկանիշները, որոնք ամենից առաջ որոշում են շարժողական գործունեության արդյունավետությունը, օրինակ՝ զգայաշարժողական և բանական (ինտելեկտուալ) հատկությունները,
- հուսալի գործունեությանը նպաստող սոցիալ հոգեբանական առանձնահատկությունները, օրինակ՝ ֆուտբոլիստների հետ շփման և հաղորդակցման բարոյագիտական նորմերը պահպանելու կարողությունը:

Հուսալիության նշված հոգեբանական գործոններն առավել հանգամանորեն հետազոտվել են մարզիկների օրինակով [162, էջ 349]: Ներկայացնենք դրանցից առավել կարևորները: Այսպես՝ հոգեկանի դիրքորոշումային-ծրագրավորող գործառույթի կայունությունն ու արդյունավետությունը համարվում է «մեկնարկային» այն համակարգը, որի շնորհիվ իրագործվում է մարզիկի հետագա գործունեությունը: Այս գործառույթի էությունը բացահայտվել է Ն. Ա. Բեռնշտեյնի, Դ. Ն. Ուզնաձեի, Պ. Կ. Անոխինի և Ի. Ս. Բերիտովի հետազոտություններում, որոնցից բխում է, որ մարդու գլխուղեղում առաջ է գալիս ցանկալի ապագայի ծածկագրված մոդել, որն արտացոլում է գործունեության պահանջվող արդյունքը և հանդես գալիս որպես այդ արդյունքի նվաճմանն ուղղված բոլոր գործողությունների կարգավորիչ: Իսկ նպատակի նվաճման գործընթացը ենթադրում է գործողությունների տարատեսակ շտկումների միջոցով իրականացվող բազմամակարդակ ու անընդհատ կարգավորում: Ըստ Պ. Կ. Անոխինի՝ գործունեության մեջ է ընդգրկվում հետադարձ կապի մեխանիզմը, որն էլ ապահովում է սխալների շտկումը [162, էջ 348-352; 159, էջ 122-125]: Այն իրենից ներկայացնում է առաջիկա գործողության հնարավոր

արդյունքների գնահատման մի «ապարատ», որը ստեղծում է սպասվող արդյունքի նմուշօրինակ և դրա հետ համեմատում իրական արդյունքի մասին տեղեկատվությունը: Հենց այս համեմատման (բաղդատման) գործընթացում էլ կարող է իրականանալ գործողությունների շտկումը:

Շատ գործոններ կան, որոնք ազդում են մարգիկների կառավարչական-տեղեկատվական գործընթացների հուսալիության վրա: Դրանց շարքում տարբերում են՝ շարժողական դիրքորոշման և առաջադրանքի առանձնահատկությունները, արտաքին և ներքին արգելքները, իմաստային դինամիկ և կինեմատիկ ծրագրերը, համեմատման գործառույթի կատարյալությունը վերոնշյալ հետադարձ կապի համակարգում և այլն:

Մի շարք մարգաձևերում (խաղային, մենապայքարային և այլ՝ տեխնիկապես բարդ մարգաձևեր) գործունեության արդյունավետությունն անմիջականորեն կախված է զգայական ինքնավերահսկողության և հոգեշարժողական որակների զարգացման աստիճանից, իսկ կայունությունը՝ հոգեշարժության կայունությունից, ինքնավերահսկողության գործընթացներից, հոգեկան դիմացկունությունից: Շատ հրատապ խնդիր է նաև տարբեր բնույթի ու լարվածության հոգեֆիզիկական ծանրաբեռնվածության ազդեցության ներքո հոգեշարժողական ինքնակարգավորման վերակառուցումը [11, էջ 6-7]:

Մարգական գործունեության հոգեկան հուսալիության ապահովման գործում մեծ դեր է խաղում պերցեպտիվ կայունությունը, այսինքն՝ մեծ բեռնվածությունների դեպքում շարժման տարբեր բաղադրիչների հստակ ու պարզորոշ ընկալումն ապահովելու ընդունակությունը: Մարգիկի հուսալիության զգայաշարժողական գործոնների թվին վերագրվում է զգայական ինքնավերահսկողությունը: Որպես գործունեության հուսալիության բաղադրիչ՝ վերջինիս արդյունավետությունը կախված է դրդապատճառայնության և հոգեկան լարվածության մակարդակից, պատրաստվածության, վարպետության ընդհանուր մակարդակից, ինչպես նաև զգայաշարժողական ոլորտի անհատական առանձնահատկություններից, հոգնածության աստիճանից, արտաքին արգելքներից և այլ գործոններից:

Որպես հոգեբանական պատրաստականության վիճակի ձևավորման միտում՝ հոգեշարժողական ցուցանիշների, հոգեկան վիճակների և անձի անհատական-հոգեբանական առանձնահատկությունների հետ ըմբիշների մրցակցային հոգեկան հուսալիության հիմնական ցուցանիշների համահարաբերակցական հավաստի կապերի ուսումնասիրմանն է նվիրվել Յ. Ա. Բաբայանի և Վ. Ղ. Գեղամյանի հետազոտությունը [4]: Տվյալ հետազոտության արդյունքների վերլուծությունը կառուցված է ըմբիշների մրցակցային հոգեկան հուսալիության մեջ դրսևորած մրցակցային հուզական դիմացկունության (ՄՀԴ) և ներքին իմաստավորվածության սթրեսորների (ՆԻՍ) ցուցանիշների բազմաբնույթ և հավաստի համահարաբերակցական կապերի բովանդակային բնութագրերի հիման վրա: Ամփոփելով կատարած հետազոտության արդյունքները՝ հեղինակները հուսալիությունը սահմանում են որպես մարզիկի հոգեկան պատրաստականության վիճակի բովանդակային և կառուցվածքային բաղադրամաս, որը մարզիկին հնարավորություն է տալիս պատասխանատու մրցումներում հանդես գալ առավել կայուն և արդյունավետ:

Մ. Ի. Վոլովիկովայի (2007) կարծիքով՝ ներկայիս գիտական փնտրտուքին բնորոշ միտում է դառնում նաև բարոյահոգեբանական խնդիրների լուծումը, և հատկապես մարդու բարոյականության հոգեբանական հիմքերի որոշումը [49]:

Համաձայնելով Մ. Ի. Վոլովիկովայի այս պնդման հետ մենք վստահաբար գտնում ենք, որ ժամանակակից հոգեբանության հրատապ մեթոդաբանական հիմնախնդիրներից մեկը մարդկանց փոխներգործության բարոյական հիմքերի մշակումն է: Սույն պնդման հետ համակարծիք է եղել նաև Ս. Լ. Ռուբինշտեյնը, ով համարում էր, որ մարդու վերաբերմունքն այլ մարդկանց հանդեպ կազմում է բարոյագիտության հատուկ ոլորտ [167, էջ 286]: Այս առումով մենք առանձնահատուկ կարևորում ենք նաև մրցավարական անձնակազմի բարոյական հուսալիության հիմնախնդիրը:

Այսպես, հիմնվելով մասնագիտական գրականության աղբյուրների տեսական վերլուծության և ձեռնարկությունների աշխատակիցների փորձարարական հետազոտության արդյունքների վրա՝ Ե. Յու. Ստրիժովը (2007) հանգել է հետևյալ եզրակացություններին:

- Բարոյական հոլսալիությունը, առաջին հերթին, անձի ինքնագիտակցության զարգացման մակարդակի բնութագիրն է, որի դեպքում կենսական նպատակները և դրանց նվաճման միջոցները գիտակցված, կազմակերպված ու համակարգված են բարոյականության նորմերի համապատասխանությամբ: Այն ունի ճանաչողական, իմաստային, հոլզական և բարոյական որոշիչներ, որոնք ենթակա են չափման հոգեբանական մեթոդներով:
- Երկրորդ հերթին, բարոյական հոլսալիությունն ապահովում է անձի տնտեսական և բարոյական արժեքների փոխզիջումը, իսկ սոցիալական և կորպորատիվ նորմերի անտեսումը կամ ոչ բավարար գիտակցումը նպաստում են խաբեբայություն և կատարելու մտադրության հիմնավորմանը, ծրագրմանը և իրականացմանը [177]:
- Անձի բարոյական և համընդհանուր արժեքները ուղղորդում և շտկում են նպատակադրման գործընթացը, առաջադրում նրա զարգացման ուղղությունը: Բացի այդ՝ վերջիններս հանդիսանում են նաև անձի՝ սեփական բարոյական ես-հայեցակարգի կառուցվածքավորման միջոցն ու պայմանը:

Ըստ Ե. Ստրիժովի՝ արևմտյան մշակույթին ավելի բնորոշ է կողմնակցությունն անհատականության արժեքներին, ինչը նկատելիորեն նվազեցնում է անձնակազմի բարոյական հոլսալիությունը [176, էջ 87]: Ինչպես նկատել է Ա. Ֆ. Լազուրսկին. «ալտրուիզմը (այլասիրությունը) ներկայանում է որպես անձի և միջավայրի հնարավոր լավագույն ներդաշնակության ցուցանիշ, ձև և միջոց» [110, էջ 99]:

Այսպիսով, ընդհանրացելով սույն ենթագլխում դիտարկված հոլսալիության հետազոտական հիմնախնդիրները, կարող ենք եզրահանգել. որ մրցավարի գործունեության հոլսալիությունը պայմանավորող գործոնների ուսումնասիրությունը ենթադրում է. 1) ձևավորել, մոդելավորել կամ ընտրել մրցավարների հոգեկան հոլսալիության դրսևորման համար անհրաժեշտ պայմաններ (ծայրահեղ, փոփոխվող, սուր մրցակցային, ոչ սովորական պայմանների առկայություն), 2) ավտորոշել և հավաստանշել դրա առկայությունն ու բացակայությունը (հոգեկան հատուկ

կարողությունների և հոգեբանական փոխկապակցված հատկությունների առկա վիճակի արձանագրում), 3) պարզել դրանց ձևավորման հնարավորություններն ու կառուցակարգերը (օրգանիզմի գործառնական վիճակների և հոգեբանական պատրաստվածության իրար հաջորդող աստիճանների դրսևորում):

1.3. Մրցավարական գործունեության հուսալիության հիմնական բնութագրերը

Մրցավարի գործունեության արդյունավետությունը պայմանավորվում է արտաքին գործոնների հանդեպ նրա դրսևորած հուսալիությամբ: Ինժեներական հոգեբանությունում և էրգոնոմիկայում ընդունված է, որ մարդու հուսալիությունը հակադարձ համեմատական է նրա կողմից թույլ տրված սխալների քանակին: Եվ որքան քիչ են այդ սխալները, այնքան բարձր է նրա գործունեության արդյունավետությունն ու հուսալիությունը:

Վերլուծելով ինժեներական և աշխատանքային հոգեբանության բնագավառների տեսական դրույթներն ու հայեցակետերը՝ կարող ենք արձանագրել, որ ֆուտբոլային մրցության ընդհանուր տևողությունը և դրա մրցավարական սպասարկման ընթացքը ներառում են ոչ միայն մրցավարների ակտիվ մասնագիտական գործունեությամբ հագեցված ժամանակը, այլև այն ժամանակահատվածները, որոնք անմիջականորեն լրացված չեն բուն մրցավարական գործունեությամբ, և որքան քիչ են ժամանակային դադարներն ու սխալները, այնքան բարձր է մրցավարների պատրաստվածության աստիճանը [85, 116, 117]:

Մրցավարների գործունեության ընթացքում ֆուտբոլի համապատասխան ֆեդերացիայի կողմից հաստատված մրցումների կանոնադրությամբ սահմանված կանոններին և մրցավարական պարտավորություններին չհամապատասխանող ցանկացած գործողություն կարող է դիտվել որպես մրցավարի սխալ, այսինքն տվյալ իրավիճակին չհամապատասխանող: Սխալները հիմնականում կանխամտածված չեն, սակայն առանձնակի ուշադրության են արժանի այն գործողությունները, որոնք լինելով անհամապատասխան, կատարողի կողմից գնահատվում են որպես հավաստի: Այստեղ է, որ առաջ է գալիս մարդկային գործոնի խնդիրը: Ուստի հարկ է

հետազոտել այն գործոնները, որոնք կարող են ազդեցություն գործել սխալների հանդես գալու հավանականության վրա: Վերոհիշյալ խնդիրը պայմանավորված է հնարավոր սխալների ընդհանուր քանակով, որոնց մի մասը հետագա գործունեության ընթացքում դառնալու է փաստացի: Վերջիններիս քանակն էլ կանխորոշվում է պատրաստվածության աստիճանով և բավարար ժամանակաքանակով:

Դ. Ա. Նորմանն առանձնացնում է սխալների երեք հիմնական տիպեր. 1) որոշման կայացման և իրականացման հետկապված սխալներ, 2) մտադրության մոռացության, գործողությունների հաջորդականության խախտման, բացթողումների կամ կրկնողությունների հետ կապված սխալներ, 3) հաջորդական տարրերը խառնելու, դրանք ճիշտ ժամանակին չկատարելու հետ կապված սխալներ [201]:

Յուրաքանչյուրին բնորոշ սխալները տարբեր են, տարբեր են նաև մարդու հնարավորությունների իրացումը, որն էլ հանգեցնում է արդեն հայտնի օրինաչափությունների: Լարված պայմաններում արդյունավետ կարող են աշխատել այն մարդիկ, ովքեր ունեն նյարդային կայուն համակարգ, առավել հանգիստ են ու հավասարակշռված: Նյարդային համակարգի թույլ տիպով մարդիկ գործունեության ընթացքում աստիճանաբար ձեռք են բերում փոխհատուցող հնարավորություններ, որոնք բարձրացնում են արտաքին գրգռիչների հանդեպ զգայունակությունը, զգուշավորությունը և նպաստում այլ հնարավորությունների զարգացմանը [118]:

Գործունեության տարբեր ձևերի ներկայացրած պահանջներով էլ թելադրվում են մասնագիտական կարևոր հատկությունները: Ինչպես փաստում է Մ. Ա. Կոտիկը՝ աշխատանքի հոգեբանության մասնագետների հետազոտությունները հանգում են այն մտքին, որ հուսալի գործունեության նախադրյալները պայմանավորված են անձի տարիքով, փորձով, հմտություններով և պատրաստվածությամբ: Դրանք ձևավորվում են աշխատանքին հարմարվելու ընթացքում ի հայտ եկող անձի անհատական որակներով և գործունեության ոճով: Առանձին խնդիր է աշխատանքային ռեժիմը, գործելակարգը: Առանձնացվում են երեք հիմնական ռեժիմներ. 1) նվազագույն (պարզ առաջադրանքների կատարում բարենպաստ պայմաններում), 2)

նպատակահարմար (մեծ ուշադրություն և ժամանակ պահանջող բեռնվածություն), 3) ծայրահեղ (արտակարգ իրավիճակներում, չնախատեսված պայմաններում կատարվող գործողություններ) [98]:

Աշխատանքային գործունեության մեջ արդյունավետ ռազմավարության մշակման, որոշումների կայացման, տարբեր տիպի խնդիրների լուծման համար հիմնարար դեր կարող է ունենալ հոգեբանական մոդելավորումը: Այս մեթոդը լաբորատոր պայմաններում կամ հետազոտական ճանապարհով իրավիճակի նմանակման միջոցով հնարավորություն է ստեղծում մտովի վերարտադրել ու հոգեկան որոշակի գործունեություն: Մոդելավորումը լայն հնարավորություններ է ստեղծում անձի գործունեության հետազոտման և կատարելագործման համար: Գործունեության իրական պայմանների համար մշակված վարքային չափանիշները կարող են հստակ լինել որոշակի իրավիճակի համար: Իրավիճակի մոդելներ են հանդիսանում մոդելավորող տարբեր վարժասարքեր, խթանիչներ, որոնք կիրառվում են անհատի ընդունակությունների, վարքային առանձնահատկությունների հետազոտման, գործունեության հուսալիության և այլ խնդիրների լուծման նպատակով: Ըստ Վ. Ն. Յանչիկովի հոգեբանական մոդելավորումը նպատակահարմար է անցկացնել մի քանի մակարդակով [211]:

Սկզբնական մակարդակում ուսումնասիրվում և բացահայտվում են որոշակի գործունեությանը համապատասխան այս կամ այն հմտության նշանակալի տարրերը: Դրան հաջորդում է ընդունակությունների դրսևորման համար որպես նախադրյալներ ծառայող համապատասխան հմտությունների բացահայտման մակարդակը: Հոգեբանական մոդելավորման ամենաբարձր մակարդակում արդեն կարող են որոշվել մարդու ընդունակություններում դրսևորվող այնպիսի տարրեր, որոնք կախված չեն իրավիճակից:

Անձի գործունեության հուսալիությունը առաջնահերթ պայմանավորված է նրա հոգեֆիզիոլոգիական առանձնահատկություններով: Սակայն կարևոր են նաև այն պայմանները, որոնք հիմնականում պետք է նպաստեն անձի հարմարմանը աշխատանքային և մասնագիտական գործունեությանը: Մինչ այժմ գերակայում էր այն մոտեցումը, որ անձը պետք է համապատասխանի իր մասնագիտությանը, և շատ մեծ տեղ էր

հատկացվում մասնագիտական ընտրությունը: Անշուշտ մասնագիտական ընտրությունն ունի իր հստակ մշակված համակարգը այն ոլորտներում, որտեղ անհրաժեշտ և պարտադիր է համարվում մասնագետների անձնային հատկանիշներով և մի շարք բնութագրերով պայմանավորված հատուկ պատրաստվածությունը: Մասնագիտական ընտրության գործընթացի արդյունավետությունն ապահովող հիմնական սկզբունքներից են հավասար պայմանների ապահովումը և թափանցիկությունը: Բոլոր շահագրգռ-գիռ անձանց պետք է հայտնի լինեն ընտրության չափանիշները և գործընթացի տեսականությունը: Առավել կարևորվում է մրցավարական խմբի անդամների հոգեկան համատեղելիության հարցը, քանի որ մրցավարական գործունեության արդյունավետությունը պայմանավորվում է ոչ միայն գլխավոր մրցավարի անհատական ցուցանիշներով, այլև մրցավարի օգնականների անհատական հոգեբանական ցուցանիշների միագումարով [3]: Սակայն մեծ մասամբ հաշվի են առնվում անձի ընդունակությունները, նրա այն հնարավորություններն ու ունակությունները, որոնք ընդհանուր առմամբ կարող են հիմք դառնալ մասնագիտական աճի համար:

Եվրոպական մոտեցումը ուղղված է այն տեսակետին, որ ընդունակությունները որոշվում են ժառանգականությամբ և շատ մասնակի են ձևավորվում կյանքի պայմաններից կախված: Բնածին ընդունակությունները զարգացման մեջ հանդես են գալիս որպես նախահիմք՝ հետագահամադրությունների համար:

Ընդհանրացնելով Ե. Ա. Կլիմովի, Մ. Ա. Կոտիկի և Բ. Ֆ. Լոմովի կողմից կատարված հետազոտություններից ստացված եզրահանգումները, կարող ենք առանձնացնել մասնագիտական պատրաստվածության բարձր մակարդակն ապահովող հետևյալ գործոնները. 1) նախասիրություններ, հետաքրքրություններ, հակումներ, 2) հոգեբանական և հոգեֆիզիոլոգիական առանձնահատկություններ, ունակություններ, 3) գործունեության համապատասխան տեմպ, կարողություններ, ընդունակություններ, 4) համապատասխան մասնագիտական գիտելիքների ձեռքբերում, 5) գիտելիքների կիրառման, օպերացիաների իրականացման ունակություն, 6) բարենպաստ աշխատանքային միջավայր, 7) մասնագիտական փորձ, հմտություններ, 8) սոցիալ-հոգեբանական դրսևորումներ [85, 98, 118]: Նշված բոլոր գործոններից զատ

ֆուտբոլի մրցավարների գործունեության դրական արդյունք ակնկալելու համար նախ և առաջ անհրաժեշտ է ֆուտբոլային մրցումների կազմակերպման և անցկացման որոշակի կանոնադրություն, մրցավարական գործունեության նպատակների հստակություն, ֆուտբոլի կանոնների իմացություն, մրցավարի օգնականների և մրցավարի փոխհամաձայնեցված գործակցություն, մրցավարության ճիշտ մեթոդիկա և ոճ, խաղային իրավիճակների համարժեք գնահատում:

Անշուշտ մասնագիտական պատրաստվածության մեջ կարևոր խթան են նաև հասարակության պահանջները, թե որքանով է մասնագետի արհեստավարժությունն այսօր նշանակալի և արժեքավոր: Մասնագիտության համապատասխան ընտրությունը և հետաքրքրությունը կատարվող գործի հանդեպ հանգեցնում են դրական հուզական դիրքորոշման, որն էլ ապահովում է արդյունավետ գործունեություն: Անձի գործունեության հուսալիությունն իր հիմնական պահանջը ներկայացնում է մարդու հոգեկան, հոգեֆիզիոլոգիական և սոցիալ-հոգեբանական առանձնահատկություններին: Եվ թե ընտրությունը ճիշտ է կատարված, ապա մասնագիտական գործունեության շրջանակներում անձը ցուցաբերում է նախաձեռնողություն, առաջ են գալիս բազմաթիվ ներքին շարժառիթներ, ինչն էլ իր հերթին նպաստում է մասնագիտության հանդեպ հետաքրքրության և մասնագիտական բավարարվածության աճին: Արդյունքում մրցավարը կարողանում է խորապես յուրացնել մասնագիտական գործունեության նրբությունները, հմտանալ, ունենալ բազում նվաճումներ, ինչը առաջ է բերում սթենիկ հույզերի տարափ և մղում նրան շարունակական ինքնազարգացման ու ինքնակատարելագործման:

ԳԼՈՒԽ 2. ՄԴՈՐՏԱՅԻՆ ՄՐՑԱԿՑՈՒ ԹՅԱՆ ԵՎ ՄՐՑԱՎԱՐՈՒ ԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՅ ԱՏԿՈՒ ԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Սպորտի հիմնական յուրահատկություններից մեկն այն է, որ այն անհնար է պատկերացնել առանց մարզումների և մրցումների: Եթե չլինեին մրցումներ, ապա սպորտը կկորցներ իր իմաստը: Ինչպես նշում է Ա. Յ. Կոստանյանը՝ «Մրցումները սպորտային գործունեության պարտադիր ուղեկիցներն են, նրա ամենակարևոր և բաղկացուցիչ մասը: Ավելին՝ դրանք մարզական գործունեության ամփոփիչ, գլխավոր ու որոշիչ գնահատական են: Առանց մրցումների չի կարող լինել մարզական գործունեություն» [6, էջ 48]: Մրցությունն էլ իր հերթին աներևակայելի է առանց մրցավարության:

Ինչպես մարդկային գործունեության բոլոր ոլորտներում, այնպես էլ բոլոր մարզաձևերում գոյություն ունի մրցակցություն: Սպորտում մրցակցությունը լինում է ինչպես մարզիկների, նրանց սիրահարների (երկրպագուների), մարզիչների, մրցման կազմակերպիչների, այնպես էլ մրցավարների միջև: Մրցավարների մրցակցության ցուցանիշներից են մրցումների մասշտաբը, մամուլի ուշադրությունը, մարզիկների և մասնագետների կարծիքները և այլն: Ի վերջո մրցավարական մրցակցության էությունն է ինչպես ազնիվ, արդար պայքարի, այնպես էլ անաչառ ու անկողմնակալ մրցավարության ապահովումը: Մրցումներն ունեն իրենց անցկացման ու մրցավարության համակարգը, կանոնները, նորմերը, չափանիշները, գնահատման կառուցվածքը, որոնց շնորհիվ մրցավարները կարողանում են ապահովել իրենց հիմնական գործառնություններից մեկը, այն է՝ հաղթողի, չեմպիոնի, ռեկորդակրի որոշումը, կամ այդպիսիք չլինելու փաստի արձանագրումը:

Մրցումներն իրենց բնորոշ ձևով ու բովանդակությամբ, ինչպես նաև կանոնների սահմանափակումներով, տարբեր են [6, էջ 48]: Մարզական պրակտիկայում տարբեր-րում են մրցումների տարբեր տեսակներ: Դրանք կարող են լինել՝ 1) բուն մարզական մրցումներ, 2) ուսումնամարզական և նորմատիվային մրցումներ, 3) քարոզչական մրցումներ [12, էջ 59-60]: Անկախ դրանց տեսակից ու մարզաձևից, դրանք բոլորն ունեն որոշակի ընդհանուր հոգեբանական

առանձնահատկություններ, և համընդհանուր պահանջներ են ներկայացնում մրցավարությանը:

Յուրաքանչյուր մարզական մրցություն ունեն իրենց մրցումների խտագույնս սահմանված ուրույն կանոնները: Համաշխարհային լայն ճանաչում ու տարածում ստացած մարզական մրցումների կանոնները հաստատում են միջազգային ֆեդերացիաները:

Մրցումների կանոնների հիմնական պահանջն է՝ ապահովել արդյունքների գնահատման լրիվ օբյեկտիվությունը: Իսկ մարզական պայքարի հիմնական օրենքը բոլոր մրցակիցների համար՝ ազնվությունն է:

Մրցումների պայմանները մրցավարների համար ստեղծում են որոշակի հոգեբանական յուրահատկություններ, որոնց շարքում կարելի է առանձնացնել հետևյալները.

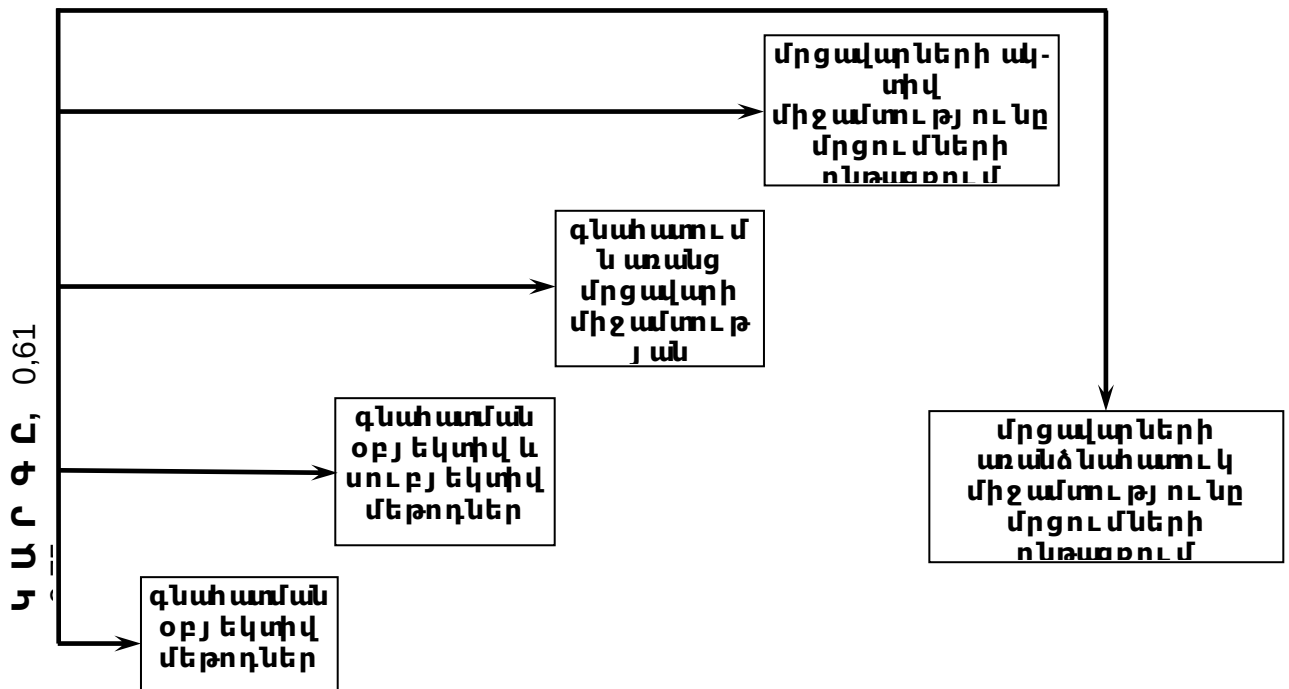
Մրցումները միշտ էլ նշանակալից են ու կարևոր մրցավարների համար, որովհետև՝ դրանք պաշտոնական միջոցառումներ են, որոնք գրանցվում են և իրավական ուժ տալիս մարզական արդյունքներին, ինչպես նաև ձեռք են բերել սոցիալական նշանակություն և գնահատվում են հասարակական կարծիքով, իսկ տեղեկատվության ժամանակակից լայն ու բազմազան միջոցների շնորհիվ, մրցումները դարձել են զանգվածային ու շարժողական առարկա:

Նախ և առաջ պետք է նշել, որ մրցումներին անպայման մասնակցում են մրցավարները, որոնք վերահսկում են կանոնների խտիվ պահպանումը և գնահատում մարզիկների գործողությունների կատարման որակն ու արդյունքները [6, էջ 49]:

Սպորտում մրցավարության հարցերը պայմանավորված են մի շարք գործոններով: Այստեղ մեծ դերակատարություն ունի մրցավարը, ով օգնում է մարզիչներին՝ ձևավորել ու մարզիկների գաղափարական համոզվածությունը, հայրենասիրությունը, անհրաժեշտ բարոյականային որակները: Մրցավարները ընտելացնում են մարզիկներին պահպանել ու մրցման կանոնադրությունը, մարզական վարքագիծը, մրցակիցների և հանդիսականների հանդեպ հարգանքը: Նշված կանոնները խախտել ու դեպքում մարզիկները պատժվում են համապատասխանաբար՝ (դեղին և

կարմիր քարտեր, տուգանային րոպեներ և միավորներ,
որակագրվող մներ և այլն):

Տարբեր մարզաձևերում մրցավարների գործունեության ազդեցությունը մարզական արդյունքի վրա միատեսակ չէ: Պայմանավորված մրցավարության բարդության աստիճանով՝ մարզական պրակտիկայում կարելի է օգտագործել մարզաձևերի դասակարգման հետևյալ ուղղագիծը (տե՛ս նկ. 1.):



Ըստ 9 խմբարկման

U U r 2 U 2 t y t r c

Սղախ 1. Սրճալապուռ թյ ամ և արդյ ոււ սք սարիւ Գ սանաանան

յ ու թ ա հ ա մ կ ու թ յ ու ն ն ե թ ռ առ ա ն ձ ի ն մ ար գ ա ձ և ե թ ու մ

Ինչպես երևում է նկար 1-ից, որքան բարձր է մրցման մակարդակը, այնքան բարդ է մրցավարություները թե՛ հոգեբանական, թե՛ ֆիզիկական առումով: Օրինակ ֆուտբոլի (ևսև հոկեյի) մրցավարները մեկ խաղի ընթացքում հաղթահարում են շուրջ 15 կմ տարածություն, կորցնում են շատ էներգիա ու նկատելիորեն հոգնում են [12, էջ 61]:

Այն մարզաձևերում, որտեղ նվաճումների գնահատումն իրականացվում է սուբյեկտիվորեն (մարմնամարզություն, ջրացատկ, գեղաստիք և այլն), մրցավարությունը կրկին բավականին դժվար խնդիր է, բայց միանգամայն այլ բնույթի:

Մրցավարների աշխատանքը գնահատելու համար սովորաբար գրանցվում են մրցավարության որակը, մրցավարած մրցումների քանակը և մրցավարական գիտելիքների բարձրացման ցուցանիշները:

Առհասարակ մրցավարության կատարելագործման հարցը՝ բավականին բարդ հիմնախնդիր է: Այն նախատեսում է մրցավարների պատրաստում, մրցավարական կազմերի խմբավորում և համալրում, ինչպես նաև նրանց կատարած աշխատանքի հսկում և տեխնիկական միջոցների օգտագործում [12, էջ 63]:

Եվրոպական ֆուտբոլային ասոցիացիաների միության («ՌԷՖԱ») մրցավարական կոնվենցիայի նպատակն է մի կողմից՝ ֆուտբոլի մրցավարի դերակատարության պրոպագանդումը և մյուս կողմից՝ բոլոր (սկսնակ, սիրողական, պրոֆեսիոնալ) մակարդակների խաղերում պաշտոնատար անձանց որակավորման ու աշխատանքի ստանդարտների բարձրացումը [210]:

Եվրոպայում մրցավարության արդյունավետ ստանդարտի ներդրումը ամենուր, որտեղ «ՌԷՖԱ»-ն հանդես է գալիս երաշխավորի դերում, միտված է բարձրացնելու նաև մրցավարություն դասավանդողների մակարդակը, ուշադրություն դարձնելով այն հանգամանքին, որ ֆուտբոլի ազգային ֆեդերացիաների մրցավարական կառուցվածքները անկախ են հասարակական այնպիսի ինստիտուտների ազդեցությունից, ինչպիսիք են ակումբների կամ լիգաների ղեկավարությունները:

Ֆուտբոլն այսօր ամենուրեք դարձել է զվարճությունների անբաժան ձև, ճանաչվել ու հռչակվել որպես հասարակական ժամանցի յուրահատուկ տեսակ: Աճել է մրցավարի դերը այնպիսի արժեքներ պրոպագանդելու հարցում, ինչպիսիք են «Արդար խաղի» («FAIR PLAY») պաշտպանումը, նաև ֆուտբոլիստների և ընդհանրապես մրցման պաշտպանությունը: Այսպիսով, ժամանակակից ֆուտբոլում հիշյալ ծրագիրն ուղղված է ինչպես մրցավարների կարգավիճակի, այնպես էլ նրանց մասնագիտական մակարդակի բարձրացմանը: Հետևաբար, մրցավարական սույն կոնվենցիայի գլխավոր խնդիրը համալիր բարելավումն է, ներառյալ սկսնակների պատրաստությունը [210]: Վերջին հաշվով, ազգային ֆեդերացիաները մրցումները սպասարկելու համար պարտավոր են նշանակել մասնագիտորեն պատրաստված և հուսալի մրցավարներ:

2.1. Տնւտքով ի մրցավարի գործունեության և անձի հոգեբանական առանձնահատկությունները

21-րդ դարի հոգեբանության և մանկավարժության արդի հիմնախնդիրներից մեկը մարդու պատրաստությունն է աշխատանքային, այդ թվում՝ նաև դրա առանձին տեսակների՝ գիտական, գինվորական և, հատկապես, մարզական գործունեությանը:

Համանմանությամբ՝ ժամանակակից սպորտի հոգեբանության հրատապ լուծում պահանջող խնդիրներից մեկը մրցավարի պատրաստությունն է ընդհանրապես մրցավարական գործունեությանը, և մասնավորապես հոգեբանական պատրաստությունը կոնկրետ մրցումներին (ընկերական, քաղաքային, մարզային, հանրապետական, միջազգային, աշխարհի առաջնության և այլն): Ներկա պայմաններում մրցավարական գործունեության գրեթե բոլոր ձևերը յուրահատուկ բարձր պահանջներ են ներկայացնում մրցավարի անձի մասնագիտական կարևոր հատկությունների (ՄԿՀ) զարգացման մակարդակին: Իսկ հոգեբանական պատրաստության ժամանակակից ձևերն ու մեթոդները, ինչպես նշում է Հ. Ա. Ղուկասյանը (2014), էապես տարբերվում են սպորտում կիրարկվող նախորդ դարի նույնատիպ միջոցներից ու գործընթացներից, ինչը պայմանավորված է՝ մրցակցային արդյունքների բուռն աճով, անզիջում պայքարի ձևերով, կանոնադրական փոփոխություններով, սպորտի երիտասարդացման միտումներով և, վերջապես, մարզական գիտությունների ձեռքբերումների ներդրումներով [13, էջ 238]: Պայմանավորված այս ամենով՝ «մարդկային գործոնի» հնարավորությունների հաշվառումը հաճախ հանդիսանում է որոշիչ, քանզի այն շատ բանով որոշում է մասնագիտական պատրաստության հաջողությունը, ինչպես նաև մրցավարական գործունեության իրականացման արդյունավետությունն ու հուսալիությունը:

Առհասարակ «Գործունեություն» կատեգորիան հասկացվում է որպես ակտիվ փոխներգործությունն աշխարհի հետ, որում մարդը հանդես է գալիս սուբյեկտի դերում, նպատակաուղղված ներգործելով օբյեկտի վրա իր պահանջմունքները բավարարելու նպատակով [10, էջ 17, 158, էջ 91]: Ըստ Ա. Վ. Պետրովսկու և Մ. Գ. Յառոշևսկու՝ գործունեությունը աշխարհի հետ սուբյեկտի

փոխներգործությունների դիսամիկ համակարգ է, որոնց ընթացքում օբյեկտի մեջ տեղի է ունենում հոգեկան պատկերի առաջացում ու մարմնավորում և սուբյեկտի՝ նրանով միջնորդավորված հարաբերությունների իրականացում առարկայական իրականության մեջ [156, էջ 101]:

Ֆուտբոլի մրցավարությունը որպես գործունեություն, իր բնույթով անխուսափելիորեն բնութագրվում է որպես մրցավարի ակտիվ փոխներգործությունն որոշակի օբյեկտիվ պահանջների՝ գործունեության արտաքին առարկայական պայմանների առանձնահատկությունների, ինչպես նաև տվյալ մասնագիտական գործունեության հետ անմիջական առնչություն ունեցող մարզիկների՝ ֆուտբոլիստների պահանջների հետ:

Ինչպես գործունեության ցանկացած ձև, այնպես էլ մրցավարական գործունեությունը անհրաժեշտ է ուսումնասիրել դրա իրականացման հուսալիության ցուցանիշներով: Դատել մրցությունը, նշանակում է հետևել մրցման կանոնների պահպանմանը և լուծել մարզիկների միջև ծագող վիճաբանությունները [145]:

Ֆուտբոլում կարևոր գործող անձ են համարվում մրցավարները, որոնց ներգործությունն ուղղված է ոչ միայն մրցման անմիջական մասնակիցներին (ֆուտբոլիստներին), այլև նրանց մարզիչներին ու երկրպագուներին (հանդիսականներին): Համարվում է, որ նրանք պետք է լինեն ոչ միայն մրցման ընթացքի և կանոնների խախտումների սառնասիրտ, անխռով արձանագրողներ, այլև խաղացողների դաստիարակներ: Նրանց վրա պատասխանատվություն է դրված հաղթողին որոշելու: Մեծ մասամբ նրանցից է կախված նաև խաղի դիտարժանությունը: Կարելի է, օրինակ, խաղացողների ցանկացած բախման դեպքում ֆուտբոլային խաղի ընթացքը անվերջ սուլոցներով մանրատել փոքրիկ դրվագների, որի հետևանքով այն կդադարի ունենալ որևէ տակտիկական ուրվագիծ:

Մրցավարի գործունեության և անձի առանձնահատկությունների ուսումնասիրման գործում անհրաժեշտ է թվել մի շարք հեղինակների աշխատանքներ [23, 44, 48, 56, 147, 168], որոնց վերլուծության հիման վրա կարելի է առանձնացնել մրցա-

վարական գործունեության այն առանձնահատկությունները, որոնք ազդում են դրա իրականացման հուսալիության վրա:

Խաղային մարզաձևերում մրցավարներին անընդմեջ ներկայացվում են որոշակի պահանջներ, գանգատներ ու ամենատարբեր դժգոհություններ, ընդ որում բողոքներ ունենում են թե՛ հաղթողները, թե՛ պարտվողները: Եվ պատահական չէ, որ մրցավարների գործունեությունը մշտապես ուղեկցվում է խայտառակ իրադարձություններով, աղմկոտ վիճաբանություններով (ամոթալի մերկացումներով), թիմերի բողոքարկումներով և մամուլում հնչող քննադատական վերլուծություններով: Այս պնդումը հատկապես վերաբերում է ֆուտբոլի ու հոկեյի մրցավարներին: Մրցավարներին անընդհատ մեղադրում են կողմնապահության, անազնվության, մրցավարության կանխակալության մեջ: Սա բացառել ի հարկե չի կարելի, քանզի ֆուտբոլային շատ խաղեր իրապես հիմք են տալիս այս կարծիքի գոյակցության համար: Հասարակական այս կարծիքը մրցավարների համար հանդիսանում է հոգեբանական ճնշում, որը սաստկացնում է նրանց հոգեկան վիճակը:

Մրցավարներին մեղադրելով նրանց թույլ տված սխալների մեջ, քչերն են մտածում այն մասին, թե ի՞նչ կարող է տեսնել և հիշել մրցավարը, ով գտնվում է նույնափսի սթրեսային վիճակներում, ինչպես մարզիչներն ու խաղացողները:

Հայտնի է, օրինակ, որ աշխարհի առաջնության ժամանակ, ֆուտբոլային հանդիպման ընթացքում մրցավարը երեք դեղին քարտ ցույց տալուց հետո է միայն հեռացրել ֆուտբոլիստին (մրցման կանոններով երկրորդից հետո էր պարտավոր դա անել): Հազվադեպ չեն նաև դեպքերը, երբ մրցավարը չի նկատում, որ գնդակն անցել է դարպասագիծը, այդպիսով չգրանցելով հանդիսականների համար ակնհայտ գոլը: Այստեղ հարց է առաջանում, իսկ կարող էր արդյոք մրցավարը գնդակի թռիչքի նման ահռելի արագության դեպքում գրանցել դրա հպման կետը, արդյոք դա նրա տեսողության և նյարդային համակարգի ընդունակության թույլատրելի սահմաններում էր, թե ոչ:

Մրցավարության դրդապատճառայնության խնդիրը դիտարկելիս նախ և առաջ պետք է նշել, որ ֆուտբոլի մրցավարներ հիմնականում դառնում են այն մարզիկները, ովքեր առանձնապես չեն հասել բարձր սպորտային արդյունքների: Ակներև է, որ չկայացած մարզական

կենսագրությունից հետո նրանք այդ ճանապարհով ձգտում են բարձր կարգավիճակ նվաճել մարզական գործունեության այլ ոլորտում, ինչը չենք կարող փաստել մեծ նվաճումներ ունեցող բարձրակարգ մարզիկների առումով: Մյուս կողմից, այս հանգամանքը վկայում է այն մասին, որ որակավորված մրցավարության համար պահանջվում է տվյալ մարզաձևով պարապել ու բավականին փորձ:

Այս ամենի կողքին կարևորվում է նաև արդեն սովորական դարձած միջավայրից չկտրվել ու ցանկությունը, որում նրանք եղել են երկար տարիներ: Չէ որ բարձր մակարդակի մրցավարները, ինչպես և ֆուտբոլիստները, հնարավորություն ունեն շրջել ու տարբեր քաղաքներով ու երկրներով, ընդ որում, նրանք ևս զերծ չեն նյութական խրախուսումից:

Սպորտի խաղային ձևերում, մասնավորապես ֆուտբոլում մրցավարական գործունեության տարբերիչ առանձնահատկություններից մեկն էլ այն է, որ մրցավարների աշխատանքն ուղեկցվում է նյարդահուզական մեծ լարվածությամբ: Այսպես՝ բուլլդոգի հոգեբանների իրականացրած հետազոտությամբ [161] բացահայտվել է, որ ֆուտբոլի մրցավարների մոտ մրցման մեկնարկի պահին նկատվում է հոգեկան գործունեության էական ակտիվացում. բարձրանում է տեսաշարժողական հակազդումների արագությունը, ավելանում է տրեմորը, ուշադրության ծավալն ու կայունությունը, և նրանք ավելի ճշգրիտ են ընկալում խաղային իրադրությունները: Խաղից հետո նկատվում է այդ ցուցանիշների վատթարացում, ինչը վկայում է մրցավարների հոգնածության մասին:

Հետաքրքիր տվյալներ են ստացվել վոլեյբոլի մրցավարների հոգեկան լարվածության ուսումնասիրմանը նվիրված Ա. Ի. Գորբաչևի իրականացրած հետազոտությունում [54], որտեղ գլխավոր մրցավարների լարվածությունը եղել է շատ ավելի, քան մրցավարի օգնականներինը, ինչպես նաև պարզ և բարդ տեսաշարժողական հակազդումները կարևոր խաղից առաջ եղել են շատ ավելի արագ, քան սակավ կարևորից առաջ: Իսկ ավելի բարդ խաղերից հետո սխալ հակազդումները եղել են երկու անգամ ավելի, քան սովորական խաղից հետո:

Ապացուցված է նաև, որ որքան բարձր է մրցավարների կատեգորիան ու նրանց կողմից սպասարկվող բարձրակարգ մրցումներով պայմանավորված պատասխանատվությունը, այնքան հաճախ են նրանք հոգնածություն զգում: Բացի այդ, նրանք հաճախ հանդես են գալիս գլխավոր մրցավարների դերում՝ իրենց վրա կրելով ավելի մեծ պատասխանատվություն խաղի ելքի համար, քան նրանց օգնականները: Վերջապես, բարձրակարգ մրցավարները ունեն ոչ միայն մրցավարական մեծ ստաժ, այլև մեծ տարիք: Որոշ մրցավարների մոտ խաղից հետո նկատվում է ոչ միայն մտավոր, այլև ֆիզիկական հոգնածություն, որն ուղեկցվում է մարմնի քաշի կորստով:

Մրցավարների միայն 40 տոկոսն է, որ փորձում է (կամ ի վիճակի է) ուշադրության լարվածությունը բաշխել ամբողջ խաղի ընթացքում: Մյուսներն ուշադրությունը կենտրոնացնում են միայն մրցման որոշակի փուլներում: Բարձրակարգ մրցավարները հանրապետական և առաջին կատեգորիայի մրցավարներից տարբերվում են այն բանով, որ առաջին խաղակեսին ավելի հաճախ են կենտրոնացնում ուշադրությունը, քան երկրորդում, ինչը վկայում է նրանց մեծ փորձի մասին, քանի որ այդպիսով խաղասկզբում նրանք ֆուտբոլիստներին հասկացնում են կանոնների իրենց մեկնությունը: Միջազգային կատեգորիայի մրցավարների մոտ առավել ռացիոնալ է նաև ուշադրության բաշխումը: Նրանք համեմատաբար ավելի հազվադեպ են փորձում ուշադրության մեջ ընդգրկել ամբողջ խաղադաշտը, հիմնականում այն սկեռելով այն հատվածին, որտեղ գտնվում է գնդակը, ինչն էլ հանգեցնում է ավելի հստակ մրցավարության:

2.2. Ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության որակի և արդյունավետության վրա ազդող գործոնները

Սպորտի տեսությունում տարբերակվում են մրցակցական գործունեության արդյունքը որոշելու ձևերը: Համապատասխանաբար սպորտի ձևերը նույնպես բաժանվում են չորս խմբի՝ 1) արդյունքի օբյեկտիվ-մետրական չափումով, 2) պայմանական գնահատականների (նիշեր, միավորներ) չափումով, 3) վերջնարդյուն-

քի որոշմամբ կամ պայմանական միավորների առավելությունը, 4) համալիր որոշմամբ:

Քանի որ ներկայացված խմբերից երեքում արդյունքի վրա ազդում է մրցավարի որոշումը, այդ պատճառով էլ այդ ձևերում արդյունքը պայմանավորվում է մրցավարների օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ գործողություններով, հետևաբար նրանց սխալները կարող են ճակատագրական լինել մարզիկների հետագա գործունեության մեջ [83]:

Ձարգացման ժամանակակից փուլում ֆուտբոլին բնորոշ է մրցակցական գործունեության լարվածացումը (ինտենսիֆիկացիան), ինչը հանգեցնում է մեծ քանակությամբ խաղային այնպիսի իրավիճակների առաջացմանը, որոնք բնութագրվում են մրցավարի գնահատման աճող բարդությամբ [174]: Իսկ իրադարձությունների հերթափոխումը, մրցակցական գործունեության գեղագիտությունն ու դիտարժանությունը նշանակալից չափով կախված են մրցավարների գործողություններից: Մրցավարին է վերապահված մրցման կանոնների խտիվ պահպանումը վերահսկելու գործառնությունը:

Սպորտում մրցավարական գործունեությանը նվիրված գիտամեթոդական աշխատանքներում համեմատաբար շատ քննարկվել են վոլեյբոլի, բասկետբոլի, հանդբոլի մրցավարության հարցերը, իսկ ֆուտբոլի մրցավարների հիմնահարցերը շատ քիչ են լուսաբանվել: Առկա աշխատությունները բացահայտում են մրցավարության ընդհանուր նշանակությունը և մրցավարների ֆիզիկական պատրաստության առանձնահատկությունները [46, 47]:

Որակավորված մրցավարների արդյունավետ պատրաստության պահանջը պայմանավորված է տարբեր մակարդակի բազմաթիվ մրցաշարերի անցկացումով:

Հետևաբար, հաշվի առնելով սույն մարզաձևի ներկայիս վիճակը՝ ֆուտբոլի մրցավարների գործունեության բովանդակության և կառուցվածքի հետազոտության հիմնախնդիրը դառնում է խիստ արդիական: Նմանատիպ հետազոտությունը կարող է նպաստել տարբեր որակավորման մրցավարների պատրաստության գործընթացի լավարարմանը:

Նշենք նաև, որ ֆուտբոլի մրցաշարերի անցկացման համար ֆուտբոլի համապատասխան ֆեդերացիայի կողմից նշանակվում է

չորս անձից կազմված մրցավարական խումբ (գլխավոր մրցավար, պահեստային և երկու օգնականներ), սակայն 2014 թվականից սկսած ֆեդերացիաները կիրառում են «ՌԵՖԱ»-ի կողմից եվրոպայի լիգայում արված պիլոտային փորձարկումը, որտեղ խաղերը սպասարկելու համար վերը նշված մրցավարների կազմում ներգրավում են ևս երկու մրցավարներ, որոնք տեղակայվում են դարպասների ետևում: Նրանց գործառույթը կայանում է նրանում, որ օգնում են գլխավոր մրցավարին՝ գույք գրանցելու կամ չգրանցելու հետևապես վիճադատության պահերին կայացնելու ճիշտ որոշում [45, 148, 169, 174]:

Ֆուտբոլային հանդիպման առանցքային դերակատարը գլխավոր մրցավարն է, և նրան են վերապահվում խաղավարի ու խաղի կանոններին հետևելու վերահսկողության գործառույթները: Մրցման վերաբերյալ մրցավարի որոշումները համարվում են վերջնական: Ֆուտբոլի մրցավարների պարտականությունների թվում առանձնացվում են հետևյալները.

- հետևել մրցման կանոններով սահմանված բոլոր կետերի հստակ կատարմանը,
- հետևել մրցման ընթացքին, իսկ խաղավարտին լրացնել արձանագրությունը,
- տուգանել մրցման կանոնները խախտելու դեպքում:

Մրցավարի գործունեության կազմակերպչական առանձնահատկությունների թվում սահմանված է պարտավորություն՝ նախքան մրցելույթի մեկնարկը մեկ-երկու ժամ առաջ լինելու մրցման վայրում, որպեսզի որոշել մրցության համար խաղադաշտի պիտանելիությունը, ստուգել թիմերի կազմը, ընտրել մրցության գնդակները, ստուգել ֆուտբոլիստների քարտերը (վերջիններս մրցավարին են տրվում խաղասկզբում) և դիմում-հայտերը, ստուգել ֆուտբոլիստների հանդերձանքն ու մարզակոշիկները, ինչպես նաև մրցավարի օգնականների հետ քննարկել մրցության անցկացման հետևապես հարցերը [83, 111]:

Ֆուտբոլային մրցության ընթացքում մրցավարի գործունեությունը ընթանում է անընդհատ տեղաշարժերի իրականացմամբ՝ քայլ քով և վազքով տեղաշարժեր առաջ, հետ, կողմ:

Մրցավարի գործունեության հաջողությունն ու հուսալիությունը կախված են մրցապայքարի բովանդակության ընկալումից, մարզաձևի կանոնների մեկնաբանությունից, ինչպես նաև մրցավարների համապատասխան ֆիզիկական և հոգեբանական պատրաստվածությունից:

Մրցավարի ընդհանուր պատրաստականությունը [148, 169] կազմված է պատրաստություն տեսական, ֆիզիկական, բարոյականային և խաղային կողմերից: Խաղային պատրաստության ներքո ենթադրվում է խաղի հասկացումն ու խաղի մասին ճիշտ պատկերացումը, մարզաձևի բարդությունները հասկանալու ընդունակությունը և ներըմբռնողության զգացումը:

Այս բաղկացուցիչները փոխհամաձայնեցված են, բայց մրցավարների բազմամյա պատրաստության տարբեր փուլերում դրանցից մեկը կամ մյուսը կարող են գերակշռել:

Մրցավարների ֆիզիկական պատրաստության կառուցվածքն ու բովանդակությունը շատ ընդհանրություններ ունեն ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստության հետ, բայց առանձին հատկությունների զարգացումը մրցավարների համար ավելի կարևոր նշանակություն ունեն, քան ֆուտբոլիստների համար: Մեծ մասամբ մրցավարների ֆիզիկական պատրաստականությունը որոշող առաջատար և կարևոր հատկություններն են հատուկ դիմացկունությունն ու տեղաշարժման արագությունը: Հարկավոր է տարբերակել ինչպես մեկնարկային, այնպես էլ տարածական արագությունը, որոնք փոխկապակցված են միմյանց: Մրցավարների շարժողական գործունեության մեջ սակավ չափով են դրսևորվում այնպիսի որակներ, ինչպիսիք են ուժը, ճարպկությունը և ճկունությունը [169]: Սակայն մրցավարների պատրաստականության մակարդակի իրականացումը տեղի է ունենում միջավայրի արտաքին և ներքին գործոնների ազդեցության պայմաններում [64, 83, 111]:

Ֆուտբոլի մրցավարներ պատրաստելիս պետք է հաշվի առնել ոչ միայն վերը նշված դրույթները, այլև մրցումներն անցկացնելու ժամանակ դրսևորվող մի շարք գործոններ: Մասնագիտական գրականության վերլուծությունը թույլ է տալիս առանձնացնել մեկը մյուսին փոխապայմանավորող գործոնների չորս խմբեր, որոնք ազդեցություն են ունենում մրցավարի վրա՝ մրցումները սպասարկելիս: Այսպիսով, մրցումների ընթացքում մրցավարների

վրա ազդում են 1) բնական, 2) վարքային, 3) ներքին և այլ գործոնները:

Առաջին՝ բնական գործոնների խմբին են վերագրվում մրցումների անցկացման վայրի առանձնահատկությունները, աշխարհագրական և բնակլիմայական պայմանները (քամի, անձրև, ձյուն, մառախուղ, արև, օդի ջերմաստիճան և օդի խոնավություն, ծովի մակերևույթի հարաբերական բարձրություն, ժամային գոտիների տարբերություն և այլն), մարգարաշտերի հանդերձավորումը, գույքի որակը, կապի միջոցները և այլն [56, 64, 111]:

Վարքային գործոններից են հանդիսականների վարքը, հրաժին միջոցների օգտագործումը, կոնկրետ ֆուտբոլիստների վարքագիծը, թիմերի ավագների պահվածքը, մարզիչների վարքը, թիմերի պաշտոնական ներկայացուցիչների կեցվածքը, մրցավարի օգնականների վարքը, ֆուտբոլային հանդիպմանը պաշտոնատար անձանց (նախագահ, վարչապետ, ֆուտբոլային կազմակերպությունների ղեկավարներ և այլն) ներկայության հանգամանքը [56, 61, 148]:

Երրորդ՝ ներքին (անձնային) գործոնների թվում առանձնացվում են առողջական վիճակը, ինքնազգացողությունը, տրամադրությունը, հոգեբանական տրամադրվածությունը, թիմերի հանդեպ ձևավորված կոնկրետ վերաբերմունքի առկայությունը [56, 61, 64, 83, 111]:

Բացի վերոնշյալ գործոններից, գիտամեթոդական գրականության մեջ [150] առանձնացվում են նաև այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են թիմերի, մրցակիցների կազմի՝ նրանց մակարդակի, մարզվածության աստիճանի, ուժեղ և թույլ կողմերի մասին տեղեկացվածության աստիճանը, մրցավարի հիմնական մասնագիտական գործունեությունը, վարպետությունը և այլն, որոնք ընդունված է դիտարկել որպես լրացուցիչ գործոններ:

Այսպիսով՝ կարող ենք փաստել, որ մրցումների չափազանց մեծ քանակը, ինչպես նաև մրցակցական գործունեության բովանդակության և կառուցվածքի փոփոխությունները ֆուտբոլում առաջ են բերել ֆուտբոլի մրցավարների գործունեության և պատրաստության մոդելները որոշելու միտված գիտական համապարփակ հետազոտությունների անհրաժեշտությունը:

Մ. Ա. Կուզմինը բացահայտել է ֆուտբոլի մրցավարների գործունեության հաջողությունը պայմանավորող որոշ հոգեբանական առանձնահատկություններ [105, 106]: Այսպես, բարձր որակավորում ունեցող մրցավարների մոտ հեղինակը բացահայտել է բարձր դիմացկունություն, այսինքն՝ ձգտում մեծ բեռնվածությամբ աշխատանքի հանդեպ: Այն մրցավարների մոտ, որոնց կարիերայի աճը կանգ է առել, սույն բնութագիրը թույլ է արտահայտված:

Բարձրակարգ մրցավարների բանականության (ինտելեկտի) մակարդակը ավելի բարձր է, քան աճի հեռանկար չունեցողներինը: Ուսումնասիրությունները ցույց են տվել, որ առաջինների մոտ ընդհանուր տեղեկացվածությունը, ընդհանրացնելու, հասկացությունների միջև տրամաբանական կապեր սահմանելու և օրինաչափություններ դուրս բերելու կարողությունը ավելի բարձր է, քան երկրորդների մոտ: Նշված տարբերությունները բացատրվում են այն բանով, որ բարձրակարգ մրցավարների գործունեությունը տարբերվում է տեղեկատվության մշակման արագությամբ ու ծավալով, հետևաբար ավելի բարձր պահանջներ են երկայացնում նրանց բանականությանը: Սույն տվյալներն անուղղակի ձևով հաստատվում են Ա. Ի. Գորբաչևի և Ե. Պ. Իլյինի իրականացրած հետազոտությամբ [57], որում բացահայտվել է, որ բարձրագույն կրթություն ունեցող մրցավարները մրցավարական կատեգորիաները ստանում են ավելի արագ, քան միջնակարգ կրթություն ունեցողները: Ապացուցված է նաև, որ բարձրակարգ մրցավարների նպատակաուղղվածության, համարձակության և վճռականության, դիմացկունության, համառության և հաստատակամության, ինքնուրույնության և նախաձեռնողականության դրսևորումների մակարդակն ավելի բարձր է ու արտահայտիչ, քան ցածրակարգ մրցավարներինը:

Ինչ վերաբերում է կամային հատկանիշներին, ապա այդ ոլորտի զարգացումը բարձրակարգ մրցավարների մոտ կապված է այն բանի հետ, որ նրանք ստիպված են դժվարին պայմաններում ընդունել հիմնավորված կայուն որոշումներ և առանց հապաղելու ու երկմտելու դրանք կյանքի կոչել: Իսկ համբերատարությունն ու ինքնուրույնությունը անհրաժեշտ են, որպեսզի կարողանան

դիմակայել հանդիսականների, մարզիչների և ֆուտբոլիստների հոգեբանական ճնշմանն ու անհամաձայնությանը:

Մրցավարության ոճերի հետ կապված պետք է փաստենք, որ հաճախ ենք ականատես լինում այնպիսի դեպքերի, երբ ֆուտբոլիստների միևնույն գործողությունները տարբեր մրցավարներ տարբեր կերպ են մեկնաբանում. ոմանք նշանակում են տուգանային և 11 մետրանոց հարվածներ, մյուսները՝ ոչ, ինչը պայմանավորված է մրցավարության ոճով:

Մրցավարական ոճ ասելով հասկանում ենք նախ և առաջ խաղի կանոններն ու տեխնիկան հասկանալու կամ մեկնաբանելու մրցավարի ձեռագիրը: Որոշ մրցավարներ խիստ են դատում, «օրենքի տառին» համաձայն, մյուսները զիջողություներ են դրսևորում, ինչպես ասում են «թույլ են տալիս խաղալ»: Այս հանգամանքը կապված է այն բանի հետ, որ կանոնների մեջ կան մի շարք կետեր, որոնց առնչությամբ մրցավարը որոշումներն ընդունում է իր հայեցողությամբ:

Ա. Ի. Գորբաչևի (1972) հետազոտությունում բացահայտվել է, որ որքան բարձր կարգ ունի մրցավարը, այնքան հաճախ է նա դրսևորում մրցավարության խիստ ոճ խաղացողների տեխնիկական հնարքների կատարման մաքրությունը գնահատելիս [55]:

Որոշակիորեն այլ կերպ է դրսևորվում մրցավարության ոճը մարզիչների ու խաղացողների դժգոհությունների հանդեպ ցուցաբերված մրցավարի հակազդումներում:

Առաջին կատեգորիայի մրցավարները մեծ մասամբ չեն արձագանքում մարզիչների դիտողություններին և հազվադեպ են նրանց պատժում բարոյազանց վարքի համար, բայց խիստ են վերաբերվում խաղացողների գանգատներին և հաճախակի պատժում նրանց: Հանրապետական կատեգորիայի մրցավարներն այլ կերպ են վարվում. նրանց մեծ մասը հաճախ պատժում են և խաղացողներին, և մարզիչներին (բայց ավելի հաճախ մարզիկներին): Իսկ միջազգային կարգի մրցավարները մարզիչներին ու խաղացողներին պատժում են ավելի հազվադեպ, քան, հանրապետականները, և նույն հաճախականությամբ թե՛ նրանց, և թե՛ մյուսներին:

Այս տարբերությունները իհարկե ունեն իրենց բացատրությունը: Առաջին կարգի մրցավարների մեծ խստությունը խաղացողների հանդեպ բացատրվում է նրանց կարգավիճակով: Նրանք

հիմնականում ոչ վաղ կամ դեռևս գործող մարզիկներ են, որոնք մարզիչներից դեռևս վախճանում են և փորձում են իրենց մրցավարական հեղինակությունը հաստատել կարգավիճակով իրենց հավասար խաղացողների շրջանում: Հանրապետական մրցավարները մարզիչների ու խաղացողների հանդեպ խիստ վերաբերմունքով տարբերվում են նույնպես իրենց կարգավիճակի բերումով. այն շատ ավելի բարձր է, քան առաջին կարգի մրցավարներինը, նրանց վստահում են ավելի բարձրակարգ մրցումների սպասարկումը, և նրանց խաղացողի կարիերան արդեն անցյալում է ու մարզիչների հեղինակությունը նրանց այլևս չի ճնշում:

Տարբեր կարգի մրցավարների մրցավարական ոճերի տարբերություններն այն են, որ բարձրակարգ մրցավարներն ավելի հանգիստ ու վճռական են, առանձնանում են մրցավարության մեծ կայունությամբ և ավելի քիչ սխալներ են գործում. մրցավարության մակարդակը որոշվում է ոչ այնքան խաղի կանոնների իմացությամբ, որքան հոգեբանական գործոններով (վճռականությամբ, կայունությամբ, հանգստությամբ, համբերատարությամբ, համառությամբ և այլն):

Հատուկ նշանակություն ունի մրցավարի ինքնավստահությունը, հակառակ դեպքում մրցող թիմերի մարզիչներն ու ֆուտբոլիստները կարող են ճնշում գործադրել մրցավարի վրա: Նմանատիպ ճնշման առիթ են հանդիսանում մրցավարի սխալները: Թիմերից մեկի օգտին սխալ գործելով՝ անինքնավստահ մրցավարը, ունենալով մեղքի զգացում, մարզիչների և մարզիկների ճնշման ներքո սկսում է «ուղղել» խաղի ընթացքը և արդեն թույլ է տալիս կանխամտածված սխալներ մյուս՝ հակառակորդ թիմի օգտին: Որպես օրինակ նշենք Ռուսաստանի ֆուտբոլի առաջնության արեմիեր-լիգայի խաղերից մեկը, որի ժամանակ մրցավարը առաջին խաղակեսում գրանցում է «2ենիթ»-ի խաղացողներից մեկի կանոնների խախտումով (հարձակվողը գնդակը դուրս է բերում դարպասապահի ձեռքերի միջից) խփած գոլը: Ընդմիջմանը գիտակցելով իր սխալը, մրցավարը երկրորդ խաղակեսում սկսում է «ուղղել» այն, ինչի արդյունքում հեռացնում է «2ենիթ»-ի դարպասապահին (իբր թե վերջին հոլյսով կատարված անթույլատրելի խախտման համար), որից հետո գրանցում զենիթականների դարպասը ձեռքով խփված գոլը:

Նշենք նաև, որ կոնկրետ մրցավարի ու նրա նախասիրած մրցավարական ոճի իմացությունը օգնում է այս կամ այն խաղի համար տակտիկական ճիշտ պայքար կառուցելուն, քանի որ կան մրցավարներ, որոնք իրենց մրցավարական ոճով ավելի շատ հարմար են այս կամ այն տեխնիկատակտիկական կոնկրետ խաղաոճին: Այդ պատճառով էլ որոշ ֆուտբոլիստներ ու մարզիչներ գերադասում են, որ իրենց թիմի խաղը դատի կոնկրետ այս կամ այն մրցավարը, ընդ որում՝ ոմանք նախապատվությունը տալիս են խիստ, մյուսները՝ ավելի մեղմ մրցավարությանը:

2.2.1. Մրցավարի որոշումների կայացման գործընթացները

Մրցավարի աշխատանքը նրա հոգեկան արտացոլման և գործունեության կարգավորման բոլոր մակարդակներում բնութագրվում է հոլյոթ կարևոր խնդրահարույց իրադրությունների զգալի տեսակարար կշռով և դրանց հետ կապված որոշման ընդունման գործընթացների էական դերակատարությամբ:

Մրցավարի գործունեության առարկան մարզադաշտում հաջորդաբար, ինչպես նաև զուգահեռ առաջ եկող անորոշության իրավիճակներն են: Ըստ Ե. Ա. Կլիմովի՝ այդ իրավիճակները որոշ հաջորդականություններ են, «խաղային իրավիճակների շղթաներ» [85]: Յուրաքանչյուրն լուծելով դրանց հետ կապված ծագող խնդիրները, մրցավարը դրսևորում է իր որակավորումը և ստեղծում իր աշխատանքի վերջնարդյունքը (ճիշտ ժամանակին լուծված վեճը, կանխարգելիչ գործողությունը, մրցման կանոններին ու մեթոդական ցուցումներին համապատասխան ընդունված որոշումը և այլն): Գործողությունների տարբերակի, դրա կատարման ձևի կամ ցանկալի ելքի ընտրության անհրաժեշտությունը, հատկապես անորոշության, անկանխատեսելի հանգամանքների, գործունեության արդյունքի համար պատասխանատվության, կոնֆլիկտների և մեծ բարդությունների առաջացման իրադրությունում, պայմանավորում են սխալ որոշումների կայացման, հետևաբար նաև գործունեության հուսալիության խանգարումների մեծ հավանականությունը: Որոշումների ընդունման գործընթացը անձի հոգեկանում կարգավորվում է տարբեր կարգավորիչների միջոցով: Ինչպես որոշման ընդունման, այնպես էլ համարձակության վրա

ազդում են մի շարք գործոններ, որոնց թվում կարելի է առանձնացնել նվաճման, ինքնուրույնության (անկախ լինելու), ագրեսիայի, գերակայման և այլ անձնային-դրդապատճառային գործոնները [5, էջ 281]: Մրցավարի անձի անհատական հատկություններն ու նրա ինքնագիտակցությունը արտացոլվում են մրցավարական գործունեությունն իրականացնելիս նրա ընդունած ուրույն որոշումներում: Որոշման ընդունման հոգեբանական ուսումնասիրման տարբեր մոտեցումները միավորող միակ հիմքը «բոլոր հնարավոր այլընտրանքներից կատարվող ընտրությունն է», որի միջոցով սուբյեկտը կարողանում է հաղթահարել իրավիճակի անորոշությունը: Ըստ Տ. Վ. Կորնիլովայի՝ անորոշությունն իր էությամբ հոգեբանական եզրույթ է [95, 97]: Հեղինակը մատնանշում է ժամանակակից հոգեբանությանը բնորոշ գործունեության ու ակտիվության վրա հենված մոտեցման, համակարգայնության և զարգացման սկզբունքները, որոնց հետ էլ նրա կարծիքով պետք է համադրել որոշման ընդունման հասկացությունների ամբողջական համակարգը:

Որպես յուրօրինակ նորագոյացություն, Տ. Կորնիլովան առաջարկում է «դինամիկ կարգավորող համակարգ» հասկացությունը, որը մասնակիորեն ազդում է որոշման ընդունման տարբեր փուլերի և սուբյեկտի վերջնական ընտրության վրա [96]:

Որոշման ընդունման գործընթացը ներառում է մի քանի փուլեր. ա) խնդրահարույց իրադրության առանձնացումը կամ խնդրի գիտակցումը, այսինքն՝ այն պայմանավորող գործոնների և նրա բովանդակությունն արտացոլող հարցերի որոշումը, բ) խնդրի լուծումը, վարկածների կամ լուծման հնարավոր տարբերակների առաջադրումը, այսինքն՝ լուծման սկզբունքի որոշումը, գ) լուծման ստուգումը՝ պահանջվող արդյունքի նվաճումն ապահովող տարբերակի ընտրությունը, առաջադրված տարբերակների գնահատումը:

Ակնհայտ է նաև, որ նշված փուլերից յուրաքանչյուրում տարբեր օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ պատճառներով մրցավարը կարող է թույլ տալ որոշման ընդունման գործընթացի սխալներ:

Մրցավարի գործունեության հուսալիության վրա որոշման ընդունման գործընթացների ազդեցության

առանձնահատկությունները որոշվում են այդ գործընթացների յուրօրինակությամբ՝ կախված գործունեության կառուցվածքում դրանց ունեցած տեղից: Վ. Դ. Շադրիկովի և Ա. Վ. Կարապետի կողմից [81, 82, 192] հիմնավորվել են օպերատորների որոշման ընդունման գործընթացների յուրահատկությունը որոշող չափորոշիչները, որոնք դասակարգվել են հինգ խմբի. 1) որոշման գործընթացների առաջնային որոշիչները (հավակնությունների մակարդակը, մասնագիտության հեղինակավորությունը, գործունեության տեղեկատվական հիմքի լրիվությունը, ալգորիթմների առկայությունը և այլն), 2) լուծվող խնդիրների բովանդակությունը, դրանց անորոշության ձևը (անձնային-դրդապատճառային, տեղեկատվական, օպերացիոն), 3) մշակվող որոշումների կարևորությունը անձի համար, 4) մի քանի այլ ընտրանքներից մեկի ընտրության հիմքում ընկած հոգեկան գործընթացների գերակշռության և դրսևորման աստիճանը (առավելապես կամային, հուզական թե՛ բանական որոշումներ, վճռի կայացում), 5) անհատական-հոգեբանական առանձնահատկությունների կառուցվածքին ներկայացվող պահանջները՝ ելնելով լուծվող խնդիրների բովանդակությունից:

Մասնագիտական խնդիրների լուծման հուսալիությունն ու արդյունավետությունը կախված են որոշման ընդունման գործընթացների բնույթից: Պատճառաբանված որոշումները արտացոլում են տեղեկատվության փոխակերպման ալգորիթմավորված ընթացակարգերը, որոնց դեպքում սխալները հիմնականում պայմանավորվում են ընթացակարգային խախտումներով, ժամանակի պակասով (հապճեպությամբ) կամ խնդրի բարդությամբ: Որոշման մասնագետների պնդմամբ [30]՝ կախված վարկածներ առաջադրելու և դրանք վերահսկելու գործընթացների հարաբերակցությունից որոշման ընդունումը կարող է լինել իմպուլսիվ (վարկածի առաջադրում առանց վերահսկողության), ռիսկային (մասնակի հսկողությամբ), զգուշավոր (չափից ավելի հսկողությամբ), հավասարակշռված (հավասարեցված) և իներթ (երբ վերահսկումը ճնշում է վարկածների առաջադրումը): Այստեղից պարզորոշ է դառնում, որ որոշման ընդունման գործընթացը բավականին բարդ հոգեբանական ընթացակարգ է, որը որոշում է մարդու գործունեության գործառնական հուսալիության մակարդակը: Այս դրույթը բավականին ամբողջական ուսումնասիրվել է Գ. Մ. Չառակովսկու և Վ. Դ.

Մագազինների կի աշխատանքում [72], ովքեր որոշման ընդունման գործընթացում առանձնացրել են երեք փուլեր.

- 1) ինտուիցիոնալ (կանխամտածված, նպատակաուղղված, գիտակցված), որը կապված է անորոշության իրադրության ապրման և գիտակցման հետ,
- 2) օպերացիոնալ (կամ «որոշման տեղեկատվական նախապատրաստում»), որն ուղղված է ընտրության անորոշությունը նվազեցնելուն,
- 3) հաստատող (վավերացնող), որը ենթադրում է, որ եթե ընտրության անորոշությունը չեզոքացվել է, ապա որոշման տեղեկատվական նախապատրաստման ավարտվածության հարցում ձևավորվում է վստահություն, իսկ եթե առկա են նշված ընթացակարգի ավարտվածության կասկածներ և եթե կաժամանակ, ապա հնարավոր է երկրորդ փուլի կրկնողություն:

Որոշման ընդունման գործընթացի փուլերի հոգեբանական բովանդակության բերված նկարագրությունից բխում է, որ այն բավականին բարդ է, իսկ բարդության աստիճանը կարող է որոշվել նշված երեք փուլերից յուրաքանչյուրին բնորոշ բարդության չափորոշիչներով ստացված ցուցանիշների ամբողջությամբ:

Իրադրային խնդրի ճիշտ որոշման ընտրության գործընթացը Մ. Ա. Կոտիկի և Ա. Մ. Եմելյանովի կողմից ներկայացվում է որպես դրա լուծման հրատապ գործուն տարբերակների քննարկման գործընթաց և «հանգեցվում է դրանցից սպասվող դրական ու բացասական արդյունքների և դրանց իրականացման հավանականությունների մակարդակների համադրմանն ու կշռադատմանը» [99, 100, էջ 191]: Վերջիններս իրենց աշխատանքներում ներկայացնում են նաև մի շարք հոգեբանական երևույթներ, որոնք կարող են հանգեցնել սխալ գործողությունների, ինչպես նաև այս կամ այն իրադարձությունների հավանականության գնահատման աղավաղումների:

Այսպես՝ խնդրի լուծման տարբերակների գնահատման վրա էական ազդեցություն են ունենում մասնագիտական գիտելիքների աղբյուրները. դրանք կամ ձեռք են բերվել սեփական փորձի հիման վրա, կամ ստացվել են գրքերից, հրահանգներից, մեթոդական ցուցումներից ու տեղեկատու գրականությունից, կամ էլ մասնագետներից, հրահանգիչներից, ղեկավարներից, խմբավարներից և այլն: Առաջին դեպքում գիտելիքներին տրվում է մեծ

նշանակություն և վստահություն, դրանք ընկալվում են որպես առավել հիմնավոր, չնայած կարող են լինել սակավ հավաստի (այդ պատճառով էլ՝ սխալ), քան մեծ փորձով ընդհանրացված տեղեկությունները, որոնք տրվում են դրսից՝ փորձառու անձանցից:

Այնպիսի իրադրություններում, որոնք պայմանավորվում են ոչ միայն սեփական, այլև կողմնակի միջամտությամբ, ուրիշների վարքով, որոշման ընդունման գործընթացների վրա կարող է ազդել նաև մրցավարի հակվածությունը՝ վերագրելու իր վիճակը և մտադրությունները խաղացողներին, կանխատեսելու նրանց վարքը՝ ելնելով ֆուտբոլիստների մտադրությունների ու մղումների մասին իր պատկերացումներից: Բնականաբար, այդպիսի պայմաններում հնարավոր է ոչ ճիշտ կանխատեսում, նաև որոշման ընդունման սխալներ, որոնք հոգեբանությունում դիտարկվում են որպես ատրիբուտիվ (վերագրվող) սխալներ:

Ատրիբուցիաների (վերագրումների) և համոզմունքների ազդեցությունը վարքի վրա խնդրահարույց իրադրություններում արտացոլվել է ճանաչողական գործընթացների հետկապված առնվազն երկու տեսություններում:

Ք. Պետերսոնի և Մ. Սալիմանի (1987) մշակած տեսությունը արտացոլում է տիպիկապես իրադարձությունները և դրանց պատճառները մեկնաբանելու տոնայնության, ուղղվածության ադեցությունը սուբյեկտի ինքնագնահատականի ու վարքի վրա հաջորդող վտանգների և սահմանափակումների դեպքում [203]: Սույն տեսությունը ենթադրում է, որ պատճառական վերագրումները դրսևորվում են սխալ գործողությունների զարգացման պատճառներին, դրանց կայունությանը և անկայունությանը, ընդհանուր և յուրահատուկ նշաններին միտված արտաքին կամ ներքին կողմնորոշման միջոցով:

Ջ. Յուլի և Նրա համախոհների (1988) հետազոտություններում բացահայտվել է փոխկապակցվածություն անձնային կայունության (հուսալիության) և վերագրվող ոճի միջև [197]: Յեղիսակները հաստատել են, որ վերագրվող ոճը կայուն անձանց համար միջնորդի դեր է կատարում: Ներքին, կայուն և ընդհանուր վերագրումներով նրանք հակված են բացատրել դրական իրադարձությունները և արտաքին, անկայուն ու յուրահատուկ վերագրումներով՝ բացասական իրադարձությունները: Եվ հակառակը՝ անբավարար

կայունության անձինք տեղի իրադարձությունները բացատրում են ներքին, կայուն ու ընդհանուր վերագրումներով, ինչը սակավ նպաստավոր է և հաճախ հանգեցնում է չգոհացնող արդյունքների:

Ըստ Տ. Վ. Կորնիլովայի, ելնելով գործունեության տեսության դրույթներից՝ որոշման ընդունման անձնային-դրդապատճառային կարգավորման գաղափարների զարգացումը անհրաժեշտ է դարձնում անձի ներքին փոփոխականների՝ ճանաչողական ոճերի (իմպուլսիվության և ռեֆլեքսիվության ցուցանիշների) ուսումնասիրումը [94, էջ 127-151; 96, էջ 202]: Սույն պնդման հետ համակարծիք է նաև Յ. Մ. Ավանեսյանը (2010), ով ևս փաստում է, որ ժամանակակից գիտական գրականությունում հիմնականում քննարկվում են որոշման ընդունման հիմնախնդրի առանձին կողմերը, այդ թվում՝ ներըմբռնողական կանխատեսումների առանձնահատկությունները, հոգեբանական մոդելները, կանխատեսման գործընթացային և անձնային-դրդապատճառային կողմերի փոխհարաբերությունները և այլն [16, էջ 5]:

Այսպիսով, որոշման ընդունման գործընթացում սխալ գործողությունների հանգեցնող նշված հոգեբանական երևույթների վերլուծությունը մեծ նշանակություն ունի գործունեության հոգեբանական համակարգի իրականացման հուսալիության տեսակետից: Նույնիսկ համառոտ վերլուծությունը վկայում է այն մասին, որ որոշման ընդունման գործընթացի սխալները պայմանավորվում են գործունեության ծրագրերի, դիրքորոշումների, նպատակների և շարժառիթների, ինչպես նաև մրցավարների անհատական ճանաչողական և անձնային առանձնահատկություններով:

2.2.2. Մրցավարի սթրեսակայունություն և ապահովման գործոնները

Սթրեսը որպես հոգեկան լարվածության առավել բարձր աստիճան ոչ միշտ է ուղեկցում մրցավարական գործունեությունը ֆուտբոլում: Սակայն հոգեկան լարվածությունը համարվում է ֆուտբոլային մրցումների պարտադիր կամ մշտական գործոն: Ինչպես նշում է Ա. Ստեփանյանը, գոյություն ունի նաև սթրեսը ուղղակիորեն նյարդային լարվածության հետ նույնացնելու

միտում, քանզի սույն եզրույթը անգլերենից թարգմանաբար նշանակում է «լարվածություն» [19, էջ 11]: Այս հանգամանքով պայմանավորված անհրաժեշտ ենք համարում պարզաբանել նաև հոգեկան լարվածության երևույթը, որը ծայրահեղ պայմաններում գործող անձի հաճախեպես սկզբնական հոգեվիճակներից մեկն է:

Հոգեկան լարվածությունը հոգեկան մի վիճակ է, որը պայմանավորված է սուբյեկտի համար իրադարձությունների անբարենպաստ զարգացման կանխատեսմամբ [65, էջ 15; 156, էջ 302]: Հոգեկան լարվածությունն ուղեկցվում է ընդհանուր նյարդայնությամբ, ախտածին գրգռվածությամբ, հյուժվածությամբ, բացասական հույզերով, մասնավորապես ներքին դիսկոմֆորտով առաջ եկող մտահոգությունների, հուզմունքի, անհանգստության, տագնապի, վախի և այլ ապրումների ձևով [2, էջ 45-48]: Հոգեկան լարվածության աստիճանը որոշվում է այս կամ այն կոնկրետ գործունեության մեջ ընդգրկված բազմաթիվ գործոններով, որոնց թվում առավել ապես կարևորվում են դրդապատճառների ուժը, իրադրության նշանակալիությունը, նմանատիպ իրադրությունների հետ բախվելու նախկինում ունեցած փորձը և ապրումները, հոգեկան գործառական կառուցվածքների ռիզիկոությունը և այլն [65, 122]: Հոգեկան լարվածությունն ծնող պատճառներից առավել մեծ նշանակություն ունեն հիմնականում ֆրոստրացիաներն ու կոնֆլիկտները: Երբ հոգեկան լարվածությունը գործունեության մեջ չի վատնվում, ակտիվանում են հոգեկան պաշտպանական մեխանիզմները:

Հատկապես միջազգային խոշոր մրցումները, աշխարհի առաջնությունները և օլիմպիական խաղերը պետք է դիտարկել ցայտուն արտահայտված սթրեսի պայմաններում ընթացող գործունեություն: Ժամանակակից մարզական գործունեությունը բնութագրվում է մարզումային և մրցակցային բեռնվածության ծավալի նշանակալի աճով, որը և հանգեցրել է հոգեկան բեռնվածության ավելացմանը: Առանձին մարզաձևերում մրցումների կանոնադրական փոփոխությունները ևս ունենում են իրենց ազդեցությունը և սթրեսածին բնույթ հաղորդում մրցումային գործընթացին [2, էջ 8]:

Մրցակցային ծայրահեղ պայմաններին բնորոշ են ռիսկային գործոնի առկայությունը, չափազանց ուժեղ աֆերենտացիան,

տեղեկատվության փոփոխված կառուցվածքը (կրճատված, համահարթեցված, սրված կամ բևեռացված), ինչպես նաև կանոնադրական և հաղորդակցական սահմանափակումները: Նմանատիպ պայմաններում մարդու վրա կարող են ներգործել հոգեբանական մի շարք սթրեսածին գործոններ, որոնց թվում կարելի է նշել՝ տարածաժամանակային փոփոխությունները, տեղեկատվության աղճատումը (տեղեկատվության պակաս կամ գերհագեցվածություն, անորոշություն վիճակ), միայնակությունը (ինքնուրույնություն, միանձնյա որոշումների կայացում) և այլն: Նշված գործոնները հիմնականում դրսևորվում են համալիր ներգործության ձևով: Սթրեսածին գործոնների խիստ ներգործության, դրանց կանխարգելման միջոցների բացակայության, ինչպես նաև նյարդահոգեկան ոչ բավարար կայունության դեպքում երկարատև ժամանակով ծայրահեղ պայմաններում գտնվելը հանգեցնում է այն բանին, որ մարդու վերահարմարման գործընթացը փոխակերպվում է հոգեկան խորքային տեղաշարժերի, որոնք բնութագրվում են նյարդահոգեկան խանգարումների զարգացմամբ [156, էջ 460]: Ըստ Ա.Գ. Ստեփանյանի՝ սպորտում այս տեսակետը հիմնավորապես ապացուցվել է հատկապես մարզիկների հուզական ոլորտի հաճախակի խանգարումներով: Յեղիևակը փաստում է, որ այդ խանգարումները բնութագրվում են բարձր տագնապայնությամբ, հուզական անկայունությամբ, ինչպես նաև նյարդահոգեկան գործընթացների ճկունության և շարժունության փոփոխություններով: Մի շարք դեպքերում բացահայտվել են նյարդային հակադրումների կլինիկական ընդգծված ձևեր՝ անքնություն, վախեր, գրգռվածություն, ագրեսիվություն, կոնֆլիկտայնություն, գլխացավեր, հոգնածություն, մարսողական խանգարումներ և այլն [19, էջ 4-5]:

Որպես սթրեսի առկայությունը մատնանշող չափանիշներ, հաճախ բերվում են ֆիզիոլոգիական տեղաշարժերի մասին տվյալներ: Դակապված է այն հանգամանքի հետ, որ սթրեսն առնչվում է ամբողջ օրգանիզմին: Սակայն միայն ֆիզիոլոգիական ցուցանիշների կիրառումը հոգեբանության մեջ մեծ սահմանափակումների է բերում: «Սթրես» հասկացության ներքո ընդգրկվում են տարբեր հոգեբանական երևույթներ, որոնք տալիս են նույնական ֆիզիոլոգիական արտահայտումներ: Սթրեսը, ինչպես նաև հոգեկան լարվածությունը կարող են ծագել ոչ միայն արտաքին

գրգռիչների ազդեցությամբ, այլ և այդ գրգռիչների հանդեպ դրսևորվող սուբյեկտիվ հուզական վերաբերմունքով: Նույնը վերաբերվում է նաև անորոշության հոգեվիճակին, երբ խնդրի լուծման դժվարության պատճառով կարող է առաջանալ սթրես և լարվածություն [65, էջ 60]: Որոշ դեպքերում սթրեսի և լարվածության պատճառ կարող է դառնալ անձի համար սովորական դարձած պատկերացումների և արդեն ձևավորված պատրաստականության «կոտրումը», երբ մարդն ակնկալում է մի բան, բայց հայտնաբերում ամբողջովին այլ իրականություն: Սթրեսը իր տիրապետության տակ է ընդգրկում ինչպես ամբողջ հոգեկանը, այնպես էլ դրա առանձին գործառույթները: Առաջին հերթին խախտվում են սուբյեկտի մտավոր գործընթացներն ու համեմատաբար բարդ գործողությունները, ինչը չի կարելի ասել պարզերի համար, քանի որ վերջիններս օժտված են հարաբերական կայունությամբ [65, էջ 75]:

Հայտնի է, որ սթրեսային լարվածության առաջացումը ժամանակավորապես կաթվածահար է անում մարդու տրամաբանական գործընթացները, ընկալումն ու ուշադրությունը: Սա պայմանավորված է նրանով, որ ծայրահեղ (վտանգավոր) իրադրություններում գործողությունների արդյունավետ կատարումն ամենաբարձր պահանջներն առաջադրում է հենց այս հոգեկան գործընթացներին [157, էջ 83]:

Գործունեության մեջ բացասական հույզերը հաճախ հանդիսանում են տեղեկատվության պակասի հետևանք, ինչն ի հարկե իր ներգործությունն է ունենում սուբյեկտի հարմարողական հակազդեցության արդյունավետության վրա: Անհրաժեշտ տեղեկատվության պակասը ստեղծում է անորոշություն, որում հայտնված անձի հոգեվիճակը խոչընդոտում է նրա նախաձեռնած գործողությունների հետևանքների կանխատեսումը: Անձանոթ և անսպասելի խոչընդոտները հանգեցնում են այն բանին, որ նույնիսկ որոշակի փորձ ունեցող անձինք են գերազնահատում վտանգը, ինչի շնորհիվ լիարժեքորեն չեն դրսևորվում նրանց մասնագիտական հմտությունները, խախտվում են բազմաթիվ կրկնողությունների արդյունքում ձեռք բերված ավտոմատացված գործողություններն ու շարժումները, ընկնում է աշխատանքի արդյունավետությունը: Դրանից կարելի է խուսափել միայն

հոգեբանական հատուկ պատրաստվածության դեպքում, երբ հատուկ ուշադրություն է դարձվում անձի կամային գծերի, հատկապես ինքնուրույնության, վճռականության, հաստատակամության և ինքնատիրապետման դաստիարակությանը, որոնց միջոցով էլ հենց հաղթահարվում են անհայտության և արտասովորության բացասական գործոնները [191, էջ 44-45]: Այս նպատակով, օրինակ, սպորտում մարզումներն անց են կացվում անընդհատ փոփոխվող պայմաններում, մարզիկի համար նույնիսկ չնախատեսված իրադրություններում:

Ապացուցված է, որ կախված սթրեսի վերապրումից, անձի ամբողջ վարքի բնութագիրը փոխվում է: Սթրեսի վերապրումը կարող է առավել սուր դրսևորվել, եթե տվյալ սթրեսորից բացի, անձի վրա ազդում են նաև կյանքի տարբեր ոլորտներում ունեցած անցանկալի գործոնները: Եվ այսպես կարող է ծագել արատավոր մի շրջան, երբ մեկ սթրեսորը մեկ այլ սթրեսորի ազդեցությամբ ուժեղացնում է սուբյեկտիվ ապրումները և վատթարացնում անձի սթրեսկայունությունը: Այդ արատավոր շրջանի առաջացումը կարելի է վերացնել կամ կանխել 2 ճանապարհով [88, էջ 140].

1) բարելավել սթրեսի աղբյուրը վնասազերծելու մարդու ունակությունը,

2) սատարել մարդու վարքին հոգեբանական հատուկ միջոցներով:

Դրանցից առավել արդյունավետը վարքի հատուկ ձևերի մշակումն է (օր. վարքի ավտոմատացման, մեխանիկական վարքի ուսուցանման հոգեբանական մեխանիզմների մշակում):

Տևական սթրեսի դեպքում կարող է տեղի ունենալ դրդապատճառների նշանակալիության վերակառուցում, երբ գործունեության դրդիչները կարող են արգելակել գործողությունները, արգելակողները՝ դրդել [84]: Այսպիսի վիճակների ցուցիչներ կարող են հանդիսանալ «ներօրգանիզմային» ազդակները, որոնք առաջացնում են տհաճ, ցավազին զգայություններ և սուբյեկտին դրդում խույս տալ դրանք պայմանավորող գործոններից: Դասուբյեկտիվ առաջին ցուցիչն է, որը վկայում է սուբյեկտի վրա էքստրեմալ գործոնի ազդեցության մասին: Այն կարող է ունենալ աստիճանավորում՝ թույլ նկատվող տհաճ զգայություններից մինչև անտանելի ցավ: Որպես սուբյեկտի

վրա է քստրեմալ ազդեցության երկրորդ ցուցիչ, օգտագործվում է աշխատունակության ցուցանիշը, որն է քստրեմալ ազդեցությամբ կարող է անթույլատրելի անկում ապրել: Լայնորեն կիրառվում են երրորդ, այսպես կոչված. «օբյեկտիվ» ցուցանիշները, որոնք հիմնված են հոգեֆիզիոլոգիական գործընթացների գրանցման վրա [88, էջ 35-40]:

Սթրեսային իրավիճակում մարդկանց հոգեվիճակի արտաքին ցուցանիշները և ինքնագնահատականը հաճախ չեն համընկնում: Սովորաբար, ինքնագագացողության մասին տվյալներն ավելի շուտ են ի հայտ գալիս, քան օրգանական փոփոխությունների դրսևորումները: Տեղի է ունենում տիպիկ գագացողություններից «անցում» ինքնապաշտպանության, որն ուղղված է դիսթրեսի սուբյեկտիվ նշանակալիության իջեցմանը [84, էջ 68; 88, էջ 140; 175, էջ 63-65; 191, էջ 44-47]:

Սթրեսի հիմնախնդիրներով զբաղվող մասնագետներից մեկի՝ Թ. Քոքսի համոզմամբ, սթրեսին դիմակայելու առումով չի կարելի բացառել, որ հոգեֆիզիոլոգիական հակազդեցությունների փոփոխությամբ հնարավոր է հետամուտ լինել միանգամայն տարբեր, որոշ իմաստով նույնիսկ միմյանց հակադրվող կամ նույնիսկ խոչընդոտող հետևյալ նպատակների նվաճմանը. 1) սթրեսի հաղթահարման նպատակով պետք է զարգացնել վարքի ինքնակարգավորմանն ուղղված հատուկ ընդունակությունները, հատկապես գործունեության այնպիսի ձևերում, որտեղ առկա է ֆիզիկական մեծ բեռնվածություն, 2) կանխարգելել գերլարվածությամբ պայմանավորված հիվանդագին վիճակների հնարավոր զարգացումը [88, էջ 141]:

Մի շարք հեղինակների կարծիքով՝ արտակարգ իրավիճակներում անձի ակտիվ կամ պասիվ վարքի առաջացման հավանականությունը չի համահարաբերակցվում ոչ ծայրահեղ պայմաններում կամ լաբորատոր գիտափորձի մեջ այդ նույն իրավիճակների մոդելավորմամբ որոշվող անձնային ցուցանիշների կամ բարձրագույն նյարդային գործունեության տիպերի հետ [165, 131, 84, էջ 69]: Այստեղից հետևում է, որ ֆուլտոլի մրցավարի վարքային առանձնահատկությունների հետազոտական դաշտը հենց մարզադաշտն է, իսկ հնարավորինս օբյեկտիվ տվյալների ստացումն ու ճշգրիտ հետևությունների դուրս բերումը առավել հավանական

Է դառնում հատկապես բնական դիտման կամ բնական գիտափորձի շնորհիվ:

Այսպիսով, կարող ենք ասել, որ մրցավարական գործունեության մեջ հաջողում է պատրաստականության բարձր մակարդակ ունեցող ֆուտբոլի մրցավարը, ով ունի սթրեսակայունության բարձր աստիճան, զարգացած անձնային հատկություններ և հոգեշարժողական որակներ, որոնց ձևավորմանն օժանդակում է հոգեբանական պատրաստության հնարքների և միջոցների օգտագործումը: Հոգեբանական պատրաստությունն է, որ ապահովում է մրցավարի կամքի ինքնադաստիարակման ու ակտիվ ինքնակատարելագործման ձգտումը, սովորեցնում նրան մրցումային գործունեության ծայրահեղ լարված պայմաններում գիտակցորեն ղեկավարել ու հոգեվիճակները:

2.3. Մրցավարի հոգեբանական պատրաստության առանձնահատկությունները

Ֆուտբոլային մրցումներն անցկացվում են հակառակորդ թիմի՝ մրցակցի հետ անմիջական ու անզիջում պայքարում, որտեղ երկու թիմերի ֆուտբոլիստները գնդակով կամ առանց գնդակի կատարում են բազմաթիվ և արագորեն իրար հաջորդող, փոփոխվող գործողություններ: Ֆուտբոլը մրցավարից պահանջում է հնարավորինս արագ կողմնորոշվել ժամանակի և տարածության մեջ, ընտրել տվյալ իրավիճակում մրցումային կանոնադրությանը համապատասխանող ամենաարդյունավետ որոշումը և այն իրականացնել: Ոչ պակաս կարևորություն ունեն մրցավարների հոգեկան հատկանիշները՝ ուշադրության կենտրոնացումն ու տեղափոխելիությունը, տեսադաշտի արդյունավետ ծավալն ու տեսողական ընկալումը, արագ ու օպերատիվ մտածողությունը, հուզական կայունությունն ու բարձր ինքնատիրապետումը:

Մրցավարների հոգեբանական պատրաստությունը ենթադրում է ընդհանուր և կոնկրետ մրցմանը հոգեբանական պատրաստությունների հիմնալի գույքակցում: Առաջինն իրականացվում է ֆիզիկական պատրաստությանը գույքահեռ, որի բացակայությունը չի կարող լրացվել մրցման ընթացքում՝ կամային ճիգերի հաշվին: Ընդհանուր հոգեբանական

պատրաստությունը մրցավարները ձեռք են բերում շուրջ տարյա մարզումների ընթացքում: Այն բովանդակում է մրցավարների բարոյական հատկանիշների և կամային հատկությունների դաստիարակումը, տարածության և շարժման ընկալումների ձևավորումը, ուշադրության ծավալի, կայունության, բաշխման ու տեղափոխման, հիշողության, ինչպես նաև ինքնավերահսկողության և ինքնակարգավորման, սեփական հույզերը կառավարելու ընդունակության զարգացումը [7, էջ 259, 8, 14]:

Մրցավարների պատրաստությանը զուգահեռ անհրաժեշտ է նրանց անձնական նկարագիրը հարստացնել այնպիսի հատկանիշներով, ինչպիսիք են՝ աշխատասիրությունը, կարգապահությունը, պատասխանատվությունը, արդարությունը, բարությունը, ազնվությունն ու պարտաճանաչությունը:

Մարզումների ընթացքում մրցավարների կամային հատկությունները դաստիարակվում են միայն այն դեպքում, երբ մարզումային բեռնվածությունները և կոնկրետ վարժությունների կատարումը նրանցից պահանջում են բարձր կամային ճիգեր: Այսպես, օրինակ, համարձակությունն ու վճռականությունը դաստիարակվում են այնպիսի վարժությունների օգնությամբ, որոնք պահանջում են վճռական որոշումների կայացում: Իսկ նպատակալացությունն ու տոկունությունը կարող են խորացվել ու ամրապնդվել այն դեպքում, երբ մրցավարների առջև դրվում են կոնկրետ նպատակներ՝ իրականացման որոշակի ժամկետով [14]: Հատկապես կարևոր է, որ առաջադրված յուրաքանչյուր նպատակ ինի իրագործելի, այլապես նա կարող է կորցնել սեփական ուժերի հանդեպ վստահությունը:

Իսկ ինքնատիրապետումն այն կարևոր հատկություններից է, որը մրցավարին հնարավորություն է տալիս մրցումից առաջ և մրցման ընթացքում հաղթահարել բացասական հուզական վիճակները: Այս նպատակով մարզումներում հարկավոր է ներառել այնպիսի համալիր վարժություններ, որոնց կատարումը ուղեկցվում է մրցավարի հոգնածությամբ, ընդ որում՝ դրանց անմիջական կատարման ընթացքում անսպասելիորեն պետք է փոփոխվեն գործունեության պայմանները:

Ինչ վերաբերում է մրցավարների կարգապահության դաստիարակմանը, ապա այն պետք է սկսվի պատրաստության առաջին

իսկ օրից: Դրան պետք է նպաստեն պատրաստության համակարգին ներկայացվող պահանջների անվերապահ կատարումը, պարապմունքների ռեժիմի և ժամանակացույցի խստիվ պահպանումը, և իհարկե նրան ձևական կարգապահության օրինակը: Էական նշանակություն ունեն նաև մրցումների կանոնադրությանը սահմանված մրցավարների լիազորություններին ու պարտականություններին վերաբերվող պահանջները: Ֆուտբոլում խիստ կարևորվում է յուրաքանչյուր մրցավարի (գլխավոր, եզրային)՝ իրեն հանձնարարված առաջադրանքների կատարումը:

Մրցավարների կամային հատկությունների դաստիարակման առումով առավել նպատակահարմար է կիրառել հետևյալ մեթոդական մոտեցումները. նախապատվությունը պետք է տալ պատրաստվածության տարբեր աստիճան ունեցող մրցավարների համատեղ մարզումներին և մրցակցային մեթոդի լայն կիրառմանը, ինչպես նաև իրականացնել մարզումներ տարվա բոլոր եղանակներին, հնարավորության դեպքում՝ նաև բնակլիմայական փոփոխվող պայմաններում [8]:

Այսպիսով, մրցավարների մասնագիտական գործողություններն արդյունավետությանը, ըստ ամենայնի, որոշվում է ուշադրության ծավալի, բաշխման և կայունության, լարվածության, ինչպես նաև ընկալման, մասնավորապես տեսադաշտի ծավալի ընկալման հմտությամբ: Վերջինս հնարավորություն է տալիս մրցավարին լավ տեսնել խաղադաշտը, ֆուտբոլիստների ու գնդակի տեղադրությունը և ընդունել ճիշտ որոշումներ, արդյունավետ իրականացնել որոշ մրցավարական գործողություններ: Այս ամենի հետ մեկտեղ կարևոր նշանակություն ունի նաև սեփական հույզերը կառավարելու և կարգավորելու կարողությունը: Մրցման արագ փոփոխվող իրավիճակներում մրցավարները պետք է կարողանան տեսադաշտում ընդգրկել մեծ քանակությամբ շարժվող ու անշարժ օբյեկտներ (ֆուտբոլիստներ, գնդակ և այլն) և ուշադրությունը կենտրոնացնել առավել կարևորներին: Միաժամանակ մրցավարը պետք է ունակ լինի ուշադրությունը տեղափոխել մեկ օբյեկտից մյուսը, որպեսզի կարողանա լիովին հսկել մրցակցային իրադարձությունները:

Վերը նշված հոգեբանական հատկությունների դաստիարակման նպատակով կատարվում են վարժություններ սահմանափակ ու մեծ

տարածություններում, օբյեկտների ավելացումով (խաղացողներ, գնդակներ, կանգնակներ և այլն), ինչպես նաև փոփոխելով դիրքերը, շարժման ուղղությունն ու արագությունը:

Ինչ վերաբերում է հոլյզերին տիրապետելու ընդունակությանը, ապա դրա զարգացումն էականորեն կարող է նպաստել մրցավարի հաջող կայացմանը: Հոլյզերի և հոլզական վիճակների անկառավարելիությունը կարող է հանգեցնել այն բանին, որ մրցավարներն ի վիճակի չեն լինի մրցման ընթացքում արդյունավետ օգտագործել սեփական հնարավորություններն ու մասնագիտական կարողությունները: Հոլյզերի տիրապետման համար մարզումների ընթացքում կատարվում են հոլզականությամբ հագեցած բազմատեսակ վարժություններ, որոնք ներառում են մրցակցային տարրեր և հատուկ դիրքորոշումներ: Բացի այդ՝ սոլյն խնդրի լուծմանը մեծապես նպաստում է նաև աուտոգեն մարզման մեթոդը, որն իր բնույթով զուտ հոգեբանական է:

Հոգեբանական պատրաստությունը կոնկրետ մրցմանը սկսվում է մրցումներից որոշ ժամանակ առաջ: Մրցումներից առաջ որոշակի ժամանակահատվածում սահմանվում է մարզումների հատուկ ռեժիմ, հնարավորինս մոդելավորվում են գալիք մրցումների անցկացման պայմանները՝ ժամանակը, դաշտի որակը, բնակլիմայական՝ եղանակային պայմանները: Տրվում են տեղեկություններ գալիք խաղի նշանակության մասին, բնութագրվում են մրցող թիմերում ներգրավված ֆուտբոլիստների անձնային և մասնագիտական որակները և նախկինում ունեցած նրանց բոլոր դրսևորումները (կոնֆլիկտներ, սադրանքներ, տուգանքային քարտեր՝ զգուշացում, հեռացում և այլն): Մրցումների ընթացքում կարևորվում է մրցավարի ինքնավստահությունը, որը նրա արդյունավետության լիարժեք դրսևորման պայմաններից է և ամրապնդվում է պատրաստականության բարձր մակարդակով, լավ ինքնազգացողությամբ, պատասխանատու մրցումներ վարելու փորձով և այլն [7, էջ 262-264]:

Մտավոր պատրաստվածությունը մրցավարների աշխարհայացքի, դիրքորոշումների, համոզմունքների կայուն համակարգի և վարվելակերպի ձևավորման հիմքն է: Աներկբա է, որ ֆուտբոլի մրցավարը պետք է լավ տիրապետի ֆուտբոլի պատմությանն ու մրցման կանոնադրությանը, ինչպես նաև ունենա տեղեկություններ լավագույն թիմերի մասին: Ֆուտբոլի մրցավարների տեսական

գիտելիքների բարձրացմանը նպաստում է նաև ծանոթությունն ընդհանրապես բոլոր մարզախաղերի մրցավարական գործունեության առանձնահատկություններին, ինչպես նաև կոնկրետ ֆուտբոլի նորություններին, մասնավորապես բոլոր այն նորարարական տեխնոլոգիաներին, որոնք արդեն իսկ կիրառություն են գտել, կամ էլ հետագայում կարող են ներդրվել մրցավարական պրակտիկայում: Խիստ նպաստավոր կարող է լինել նաև մրցաշարի ավարտից հետո յուրաքանչյուր կոնկրետ մրցման արդյունքների, դրա ընթացքում թույլ տրված մրցավարական սխալների և դրանց պատճառների վերլուծությունը:

Այսպիսով, կարող ենք մտահանգել, որ ընդհանուր հոգեբանական պատրաստության համակարգը ենթադրում է ֆուտբոլի մրցավարի անձի հոգեբանական առանձնահատկություններին և հոգեշարժիչ ֆունկցիաների զարգացման մակարդակի մի ամբողջական համալիր, որից կախված է մրցումային ծայրահեղ պայմաններում մրցավարական գործունեության կատարելագործված ու հոսսալի կատարումը:

ԳԼՈՒԽ 3. ՖՈՒՏԲՈԼԻ ՄՐՑԱՎԱՐԻ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՀՈՒՍԱԼ ԻՈՒԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՑՈՒՑԱՆԻՇՆԵՐԻ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐԴՈՒՄԸ ՈՒ ՏԵԽՆՈԼՈԳԻԱՆԵՐԸ

Ատենախոսության այս գլխում ներկայացված է հետազոտության կազմակերպումը, ընտրված մեթոդների, կիրառված մեթոդիկաների և հետազոտական ընտրանքի հիմնավորումները:

Մասնագիտական գրականության մեջ առկա են բազմաթիվ հետազոտական տվյալներ, որոնք վկայում են մարզական գործունեության արդյունավետության վրա անձի նյարդային համակարգի հիմնական հատկությունների ու որակների ազդեցության մասին [26, 28, 77, 80, 205]: Ուստի, որպեսզի ուսումնասիրենք ֆուտբոլի մրցավարի հոգեկան հուսալիության ցուցանիշների, ինչպես նաև մրցավարական գործունեության կայունության վրա անձնային հատկությունների ազդեցությունը, մենք ևս դիմեցինք փորձարարական հետազոտության մեթոդին:

3.1. Հետազոտական ընտրանքը, փուլերն ու ժամանակացույցը

Սպորտի հոգեբանությունում Վ. Է. Միլմանը հուսալիությունը բնորոշում է որպես մրցակցական գործունեության պայմաններում հոգեկան բոլոր մեխանիզմների գործառնություն կայունություն [124]:

Հոգեկան հուսալիությունը հոգեկանի համակարգային որակն է, որում ներգրավված են վերջինիս գործառնություն կենսաբանական, հոգեֆիզիոլոգիական, անձնական և սոցիալ-հոգեբանական մակարդակները: Լինելով մարզական հաջող գործունեության կենտրոնական գործոններից մեկը՝ հոգեկան հուսալիությունը ապահովում է որոշակի բաղադրիչներով, որոնց գործողությունն ուղղված է մրցումային սթրեսների գործոնների չեզոքացմանը: Հոգեկան հուսալիության բաղադրիչների զարգացումը որոշող կարևոր պահ է մրցավարների անձի ընդհանուր հատկությունները, առաջին հերթին նրանք, որոնք վերագրվում են հուզական ուժորտին, խառնվածքի և անձնային առանձնահատկություններին [134]:

Ի նկատի ունենալով այն հանգամանքը, որ մրցավարի հոգեկան հուսալիությունն անմիջական ազդեցություն է ունենում մրցավարական գործունեության արդյունավետության վրա, կարող ենք արձանագրել, որ հոգեկան հուսալիության վրա անձնային առանձնահատկությունների ազդեցության ուսումնասիրումն առայսօր համարվում է հրատապ և պահանջված: Ելնելով այս դրույթից՝ մեր հետազոտության նպատակը դարձավ մրցավարների հոգեկան հուսալիության վրա անձի անհատական բնութագրերի ազդեցության դուրս բերումն ու տարբերակումը:

Աշխատանքը կատարվել է 2011-2015 թթ.: Հայաստանի Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի (ՀՖԿՍՊԻ) Ա. Ա. Լալայանի անվան մանկավարժության և հոգեբանության ամբիոնի լաբորատորիայի և Հայաստանի ֆուտբոլի ֆեդերացիայի (ՀՖՖ) մրցավարական դպրոցի հենքի վրա:

Անցկացված հետազոտության շրջանակում առանձնացվել էին հետևյալ հետազոտական փուլերն ու դրանց իրագործման ժամանակացույցը:

1-ին փուլը (ընդգրկել է 2011-2014 թթ.) միտված է եղել հուսալիության ուսումնասիրման վերաբերյալ առկա մոտեցումների և հայեցակետերի տեսական վերլուծության միջոցով բացահայտել ու ֆուտբոլի մրցավարների գործունեության հուսալիությունն ապահովող բաղադրատարրերն ու հոգեբանական առանձնահատկությունները, ինչպես նաև ծրագրել ու ուրվագծել ու փորձարարական հետազոտության աշխատանքները:

2-րդ՝ (ընդգրկել է 2014 թ. հունվար-մարտ ամիսները) համեմատական հետազոտության նախապատրաստական փուլը, որը ներառում էր մասնագիտացված զրույցները և մրցավարների բնութագրական տվյալների հավաքումը, անցկացվել է ՀՖՖ մրցավարական դպրոցի դասընթացների և մրցավարների ուսումնական պարապմունքների ընթացքում:

3-րդ՝ (ընդգրկել է 2014 թ. մարտ-հունիս ամիսները) փորձարարական հետազոտության փուլի առաջին մասում իրականացվել է Ա և Բ խմբերում ընդգրկված մրցավարների հոգեբանական և հոգեֆիզիոլոգիական թեստավորումը, ստացված ցուցանիշների մաթեմատիկական մշակումն ու համեմատական վերլուծությունը: Իսկ երկրորդ հատվածում կատարվել է

մրցավարների հոգեշարժիչ ընդունակությունների, անձնային առանձնահատկությունների և հուսալիության բաղադրատարրերի համահարաբերակցական վերլուծություն:

4-րդ փուլը (ընդգրկել է 2014 թ. հունիս-հոկտեմբեր ամիսները) ներառել է բնական փակ դիտման և տեսադիտման մեթոդներով իրականացված համապատասխանաբար \$ուտբոլի 33 և միջազգային մրցաշարերը սպասարկող մրցավարների կողմից թույլ տրված սխալների և դրանց պատճառների համեմատական վերլուծությունը:

5-րդ` (ընդգրկել է 2014-2015 թթ.) եզրափակիչ փուլը նվիրվել է կատարված հետազոտության արդյունքների ամփոփմանը, եզրակացությունների դուրս բերմանը, \$ուտբոլի մրցավարների մասնագիտական պատրաստության համակարգում հոգեբանական ապահովման ուղիների բացահայտմանը, համապատասխան գործնական հանձնարարականների մշակմանը, որի ներդրումը թույլ կտա բարելավել մրցավարների մասնագիտական պատրաստությունը:

Հետազոտությանը մասնակցել են \$ուտբոլի Հայաստանի ֆեդերացիայում 2011 թ. հունվարի դրությամբ որակավորման տարբեր աստիճան ունեցող ընդհանուր թվով 40 մրցավարներ: Հետազոտական ընտրանք են հանդիսացել ՖԻՖԱ-ի, հանրապետական, առաջին, երկրորդ, երրորդ կարգի մրցավարները, որոնց մեծ մասը ավարտել է ՀՀ մրցավարական դպրոցը, մի մասն էլ հետազոտության ընթացքում դեռ սովորում էր: Ընդհանուր առմամբ` հետազոտվողների 55 %-ը եղել են բարձրագույն կրթություն ունեցող մրցավարներ, որոնց մեծ մասը ավարտել են Հայաստանի Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտը (ՀՖՍՍՊԻ), այսինքն` ունեն մասնագիտական բարձրագույն կրթություն:

Ելնելով հետազոտության առաջադրված խնդիրները` ՀՀ մրցավարական և տեսչական բաժնի առաջատար մասնագետների հետ խորհրդակցելուց հետո 40 մրցավարներից կազմել ենք համեմատական երկու խումբ` բարձրակարգ և ցածրակարգ (այսուհետ` Ա և Բ)` յուրաքանչյուրում 20-ական հետազոտվող, ովքեր հետագայում մասնակցել են հետազոտության հիմնական փուլին:

Հետազոտված 18-40 տարեկան մրցավարներից (միջին տարիքը` 27,3 տ.) Ա խմբում ընդգրկված 20 հետազոտվողները (միջին տարիքը`

30,7 տ.) ունեցել են 5 տարուց ավելի մրցավարական ստաժ, իսկ Բ խմբում ներառվածները (միջին տարիքը՝ 23,9 տ.)՝ մինչև 5 տարի:

Ըստ սեռական պատկանելիության՝ 75 %-ը կամ 30-ը արական սեռի ներկայացուցիչներ են, իսկ 25 %-ը կամ 10-ը իգական սեռի մրցավարներ: Ֆեդերացիայում այդ պահի դրությամբ գրանցված բոլոր կին մրցավարները մասնակցել են հետազոտությանը: Նրանցից 6-ը ՖԻՖԱ-ի մրցավարներ էին, չորսը՝ սկսնակ: Արական սեռի մրցավարներից 1-ը ՖԻՖԱ-ի, 4-ը՝ հանրապետական, 10-ը՝ առաջին, 5-ը՝ երկրորդ, 10-ը՝ երրորդ կարգի մրցավարներ են եղել:

Հետազոտական ընտրանքի բնութագրական տվյալները պատկերավոր տեսքով ներկայացված են աղ. 1-ում:

Աղյուսակ 1.

Հետազոտված մրցավարների (n = 40) բնութագրական տվյալները

Բնութագրեր	Մրցավարներ						Ընդհանուր						
	Բարձրակարգ (n ₁ = 20)				Ցածրակարգ (n ₂ = 20)								
տարիք	30,7 %				23,9 %		27,3 %						
սեռ	տղամարդ		կին		տղամարդ		կին		տղամարդ		կին		
n	14		6		16		4		30		10		
ստաժ	m = 10,2				m = 3,3		m = 6.75						
կարգ	ՖԻՖԱ	Հանրապետական		1-ին	2-րդ	2-րդ	3-րդ		Ֆ	Հ	1	2	3
n	7	3		6	4	8	12		7	3	6	12	12

3.2. Հետազոտության մեթոդների և մեթոդիկաների նկարագրությունը

Աշխատանքում առաջադրված խնդիրների լուծման համար հետազոտության տարբեր փուլերում օգտագործվել են առկա և մատչելի գիտամեթոդական սկզբնաղբյուրների ուսումնասիրման, վերլուծության և ընդհանրացման, անկետային հարցման, անձի

առանձնահատկություններին վերաբերվող հոգեբանական և հոգեֆիզիոլոգիական թեստավորման, ինչպես նաև հոգեբանական դիտման և տեսագրման մեթոդները: Ստացված արդյունքները մշակվել են մաթեմատիկական վիճակագրական ապարատի օգնությամբ:

Որպես հարցաթերթիկայ ին հարցման մեթոդ օգտագործվել է մեր կողմից մշակված «Մրցավարների և մրցավարական գործունեության հոգեբանական առանձնահատկությունները բացահայտող» հեղինակային հարցարանը (տե՛ս հավելված 1.):

Լաբորատոր-գործիքային հետազոտություններին շրջանակում կիրառվել են հետևյալ մեթոդիկաները՝

- Ձգայ աշարժողական հակազդումների (ռեակցիաների) ուսումնասիրում՝ պարզ շարժողական ռեակցիա (ՊՇՌ), բարդ շարժողական ռեակցիա (ԲՇՌ) և շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիա (ՇՕՌ),
- Տեսադաշտի սահմանների և ծավալի հետազոտման մեթոդիկա (պերիմետրիա),
- Տարածական ընկալման ճշգրտության մեթոդիկա (աչքաչափի քանոն) [18, էջ 32-34; 125, էջ 241-242],
- Ուշադրության փոխադրումը և կենտրոնացվածությունը որոշող «Շուլտեի աղյուսակները» մեթոդիկա [18, էջ 122-123],
- Տեսողական պատկերային ընկալման և հիշողության ուսումնասիրման մեթոդիկա (համակարգչայնացված և վերափոխված տարբերակ) [125, էջ 262-263]:

Թեստավորման և անկետային մեթոդներից կիրառվել են՝

- Ռ. Բ. Քեթթելի՝ անձնային 16 գործոնների 187 հարցանի հարցարանը (Ա տարբերակ) [163],
- Վ. Է. Միլմանի մրցակցային հուսալիության հարցարանը (մեր կողմից վերափոխված տարբերակը) [133, 134, 135, էջ 227-230]:
- Գ. Վ. Ռեզապկինսկի «Ընտրությունը պրոֆիլային դասարաններ» «Մտածողության տեսակը» բացահայտող թեստ [164, էջ 69-73]:

Դիտումների մեթոդներից կիրառվել են՝

- Բնական, փակ դիտում (մասնագիտական բնականոն գործունեության պայմաններում),
- Լաբորատոր դիտում (տեսադիտում):

Մաթեմատիկական վիճակագրության մեթոդ: Ստյուդենտի t չափանիշի և Պիրսոնի կոռելյացիոն գործակցի սահմանային արժեքների հաշվարկ:

Մրցավարի անձնային առանձնահատկությունների, մրցավարական գործունեության ընտրության դրդապատճառների, մրցավարության հանդեպ հետազոտվողների վերաբերմունքի, մրցավարական գործունեության առավելությունների և թերությունների, ինչպես նաև մրցավարական սխալների մասին մասնագիտական գնահատականի ուսումնասիրման և ճշգրտման համար կիրառել ենք մեր կողմից մշակված հեղինակային հարցարանը: Հարցաթերթը (տե՛ս հավելված 1.) ներառում է ընդհանուր թվով 18 հարց, որոնց մի մասը փակ, որոշները՝ բաց և երրորդները՝ կիսափակ բնույթ ունեն:

Մրցավարների հոգեշարժիչ ուժորտը (ՊԾՌ, ԲԾՌ, ԾՕՌ) ուսումնասիրելու համար օգտագործել ենք սույն ատենախոսական աշխատանքի գիտական ղեկավար, պրոֆեսոր Հ.Ա. Բաբայանի և դոցենտ Վ.Ղ. Գեղամյանի կողմից ստեղծված և արտոնագրված «Հոգեախտորոշիչ բազմագործոն համալիր սարքը» (տե՛ս հավելված 2., նկ. 1.):

Պարզ շարժողական ռեակցիա (ՊԾՌ): Հակազդման արագությունը պայմանավորվում է հետազոտվողի շարժողական գործունեության արդյունավետությամբ: Պարզ շարժողական հակազդեցությունը օրգանիզմի գիտակցված պատասխանն է մեկ և նախապես հայտնի գրգռիչին:

Ֆուտբոլի մրցավարությունում պարզ շարժողական ռեակցիայի դերը հատկապես կարևորվում է մեկ-երկու մարզիկների մասնակցությամբ վիճահարույց դրվագներում մրցավարի կողմից արագ և ճիշտ արձագանքման համար:

Պարզ շարժողական ռեակցիայի գործընթացը կազմված է նախորոք հայտնի պայմանական գրգռիչի ըմբռնումից, այդ գրգռիչի գիտակցումից և համապատասխան շարժման գիտակցումից: Ռեակցիայի գործընթացի կառուցվածքում առանձնացվում է երեք շրջան.

1. ռեակցիայի նախնական շրջան. ազդանշանին (գրգռիչ) և պատասխան գործողությանը նախապատրաստվելն է,

2. ռեակցիայի գաղտնի (լատենտ) շրջան. այն ընդգրկում է տրվող ազդանշանից մինչև պատասխան գործողության միջև ընկած ժամանակահատվածը,

3. Եզրափակիչ կամ Էֆեկտոր շրջան. ընդգրկում է պատասխան գործողության սկզբից մինչև նրա լրիվ ավարտի միջև ընկած ժամանակահատվածը:

Պարզ շարժողական ռեակցիայի արագության ժամանակը որոշելու համար հետազոտվողին առաջարկվում է լուսային ազդանշանի դեպքում որքան հնարավոր է արագ սեղմել անջատիչ կոճակը: Լուսային ազդանշանի տրման հետ մեկտեղ միանում է Էլեկտրավայրկյանաչափը: Հետազոտվողը պատասխան գործողությամբ անջատում է լուսային ազդանշանը: Լուսային գրգռիչի և հակազդման միջև ընկած ժամանակահատվածը ռեակցիայի արագության ցուցանիշն է: Յուրաքանչյուր հետազոտվողի տրվում է 3 փորձնական և 12 հիմնական ազդանշան:

Բարդ շարժողական ռեակցիան օրգանիզմի գիտակցված պատասխանն է մեկից ավելի և հայտնի գրգռիչների պատահականության սկզբունքով ներկայացվող գրգռիչների նկատմամբ: Բարդ շարժողական ռեակցիայում մեծ նշանակություն է ստանում գաղտնի (լատենտ) շրջանի զգայական փուլը:

Բարդ շարժողական ռեակցիաները պահանջում են նախօրոք հայտնի գրգռիչներից ցանկացածը արագ ըմբռնելու կարողություն: Այդ իսկ պատճառով՝ ռեակցիայի գործընթացի կառուցվածքը բարդանում է հակազդման լատենտ (գաղտնի) շրջանի աման հաշվին, որի հետևանքով հակազդման գործընթացը դանդաղում է:

Բարդ շարժողական ռեակցիաները բնութագրվում են ոչ միայն նյարդային գործընթացների արագությամբ, այլև պատասխան հակազդման ճշգրտությամբ:

Բարդ շարժողական ռեակցիայի ժամանակը որոշելու համար հետազոտվողին տրվում է մեկից ավելի տարբեր գույնի լուսային գրգռիչներ, որոնց պատասխանների արդյունքում որոշվում է հետազոտվողի ուշադրության կենտրոնացվածությունը, նյարդային գործընթացների ճկունությունն ու լաբիլությունը:

Մեր հետազոտությունում ընտրվել են երկու գույնի գրգռիչներ (կանաչ, կարմիր), որտեղ հետազոտվողին տրվում է հրահանգ կանաչ գույնի գրգռիչի առկայության դեպքում հակազդել, իսկ կարմիրի դեպքում՝ մնալ ձեռնաքա: Եթե հետազոտվողը ճիշտ է կողմնորոշվում և հակազդում է ճիշտ գրգռիչին, գրանցվում է ցուցանիշը, իսկ եթե սխալ է կողմնորոշվում և հակազդում է

կարմիր գրգռիչին, գրանցվում է բացասական ցուցանիշ, որը վերցվում է օղակի մեջ (համարվում է սխալ ռեակցիա):

Շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիան օրգանիզմի գիտակցված պատասխանն է շարժվող գրգռիչների նկատմամբ, որն արտահայտում է ուշադրության փոխադրման արդյունավետության ու արագ կողմնորոշվելու կարողությունը: Շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիան որոշելու համար հետազոտվողին տրվում են երկու միաժամանակ հաջորդաբար պատվող լուսային գրգռիչներ, որոնք շարժվում են տարբեր արագությամբ: Հետազոտվողին տրվում է հրահանգ՝ կանգնեցնել լուսային գրգռիչները, օրինակ՝ արագ պատվողը 5-ի, իսկ դանդաղը՝ 3-ի վրա: Արդյունքների վերլուծության ժամանակ հաշվի են առնվում կողմնորոշման կարողությունը և ուշադրության առանձնահատկությունները (բաշխում, փոխադրում, կողմնորաշման ռեակցիա):

Յուրաքանչյուր հետազոտվողի տրվել է 3 փորձնական և 12 հիմնական ազդա-նշան, որոնց արդյունքները գրանցվել են համապատասխան արձանագրության մեջ (տե՛ս հավելված 3.):

Ֆուտբոլի մրցավարի համար՝ ինչպես ողջ խաղադաշտը, այնպես էլ մարզադաշտում կատարվող գործողություններն անվրեպ նկատելու առումով, շատ կարևոր են նաև տեսադաշտի արտաքին և ներքին, վերին և ստորին սահմանների ցուցանիշները, ինչպես նաև տեսադաշտի ծավալի մեծությունը: Այս բնութագրերն ուսումնասիրվել են պերիմետր սարքավորման օգնությամբ (տե՛ս հավելված 2., նկ. 2.): Հետազոտության ընթացակարգը պահանջում է աջ և ձախ աչքերից յուրաքանչյուրի համար առանձին-առանձին դուրս բերել վերը նշված 4 սահմանների առավելագույն ցուցանիշները, որոնց համադրությամբ էլ նախապես պատրաստված արձանագրության թերթիկի վրա (տե՛ս հավելված 4.) կառուցվում է ընդհանուր տեսադաշտի ծավալը:

Ֆուտբոլի մրցավարների տարածական ընկալման ընդունակության որոշման համար կիրառվել է ժուկովսկու աչքաչափ քանոնը, որի միջոցով գնահատվել են մրցավարների (հատկապես եզրային մրցավարների)՝ կարճ (5 սմ), միջին (15 սմ), երկար (25 սմ) հատվածների ընկալման ճշգրտության ցուցանիշները: Սույն հետազոտությունը համապատասխանում է եզրային մրցավարների՝ մոտ,

միջին և հեռու տարածության խաղից դուրս վիճակների ստույգ արձագանքմանը:

Օգտագործվում է սովորական մասշտաբային բաժանումներով քանոն: Հաշվարկի սկիզբը քանոնի կենտրոնում գտնվող գրոյական բաժանումն է: Քանոնի մյուս կողմին սոսնձված է սպիտակ թուղթ, որպեսզի թաքցվեն քանոնի դարձերեսին երևացող բծերը, որոնք կարող են կողմնորոշիչ ծառայել: Հարթ սպիտակ դաշտում կալնդամենը մեկ գիծ, որը քանոնը բաժանում է երկու հավասար մասի և համապատասխանում է մասշտաբային կողմի գրոյական բաժանմանը: Քանոնն ամրացվում է երկու հենակների վրա և տեղադրվում է սեղանին (տե՛ս հավելված 2., նկ. 3.): Կենտրոնական գծի երկու կողմերում՝ քանոնի վրա հարմարեցնում են երկու շարժական ցուցիչներ (շարժանշաններ): Հետագոտվողը նստում է քանոնից 0.5 մ. հեռավորության վրա:

Առաջին տարբերակի ժամանակ հետագոտողը շարժանշանները տեղափոխում է մինչև նշված 5 սմ սահմանը, այնուհետև վերադարձնում էլման կետ, իսկ հետագոտվողը փորձում է այն տեղափոխել նույն հեռավորության չափով: Կատարվում է մեկ նախապատրաստական և 3 հաշվարկային փորձ: Նույնը կատարվում է միջին (15 սմ) ու երկար (25 սմ) չափերի համար:

Մրցավարության ընդունում ոչ պակաս կարևոր են նաև ուշադրության և հիշողության հոգեբանական առանձնահատկությունները (օրինակ՝ բարդ իրավիճակներում կամ ուշացած պատիժները կատարելու դեպքում չսխալվելու առումով): Ասվածը ավելի պատկերավոր դարձնելու համար պատկերացնենք մի դրվագ, երբ հարձակվող կողմի խաղացողներից մեկի նկատմամբ կոպիտ խախտում են կատարում, որը ենթակա է դեղին կամ կարմիր քարտի պատժի, սակայն մրցավարը առավելության սկզբունքը պահպանելու համար չի ընդհատում տուժող կողմի գրոհը, և մտապահելով դրվագի մեղավորին կամ նրա մարզաշապիկի համարը՝ սուր գրոհի ավարտից հետո պատժում է կարգազանց ֆուտբոլիստին: Այս առումով կան բազմաթիվ դեպքեր, երբ նույնիսկ շատ բարձրակարգ առաջնություններում մրցավարները կոպիտ սխալներ են ցույց տվել: Մասնավորապես հիշարժան է այն դեպքը, երբ անգլիացի հանրահայտ մրցավար Հովարդ Փոլը նույն խաղացողին երեք անգամ դեղին քարտ ցույց տվեց և նոր հեռացրեց խաղադաշտից: Այնինչ, ըստ

կանոնների, երկու դեղինը հավասարազոր է կարմիր քարտի, այսինքն՝ խաղադաշտից հեռացման:

Վերագրյալը հիմք հանդիսացավ, որպեսզի առանձնահատուկ կարևորելով մրցավարների դինամիկ ուշադրության ծավալի ու ուշադրության փոխադրման ցուցանիշների ուսումնասիրումը, իրականացված հետազոտության գործիքակազմում ներառենք նաև \$ուլտրոլի մրցավարին առավել բնորոշ 1-90 թիվ պարունակող Շուլտե-Գորբովի թեստը (թեստի բլանկը տե՛ս հավելված 5-ում, իսկ թեստավորման դրվագները՝ հավելված 5.1.-ում): Մեթոդիկայի ընթացակարգը պահանջում է, որպեսզի հետազոտվողը, ըստ ժամանակի, հերթով գտնի և ընդգծի բոլոր 90 թվերը: Մինչև 13 բոլոր ժամանակում փորձի ճիշտ կատարումը համարվում է գերազանց, 13-15 բոլորն՝ լավ, 15-17 բոլորն՝ միջին, 17-19 բոլորն՝ ցածր, իսկ 19-21-ը՝ անբավարար:

Մեր կողմից կիրառված հաջորդ մեթոդիկան միտված է եղել բացահայտել ու մրցավարների տեսողական հիշողության առանձնահատկությունները: Այդ նպատակով համակարգչային էկրանին, աստիճանական բարդացման եղանակով, ցուցադրվել են մեր կողմից պատրաստված երեք սլայդները, որոնց վրա որոշակի դասավորությամբ գետեղված են տարբեր քանակությամբ (5, 7 և 10 հատ) պատկերներ (հավելված 6.):

Առաջին՝ ամենահեշտ տարբերակի ժամանակ հետազոտվողին ցույց է տրվում հինգ պատկերով աղյուսակ, որը մտապահել ու համար տրվում է 5 վայրկյան ժամանակ: Հետազոտվողը այն դիտելուց հետո փորձում է մտապահել և վերարտադրել նկարելով իր առջև դրված դատարկ աղյուսակում: Ճիշտ պատասխան է համարվում ճիշտ տեղում նկարված պատկերների վերարտադրման քանակը:

7 պատկերի համար տրվում է 7 վայրկյան դիտելու հնարավորություն, որից հետո հետազոտվողը պահում է յոթպատկերանի աղյուսակը և հետազոտվողը նույն սկզբունքով փորձում է ճիշտ ուստույգ վերարտադրել տեսածը:

10 պատկերի սլայդը բնորոշ է \$ուլտրոլային հանդիպումների խառնաշփոթ իրավիճակներին, երբ մրցավարը տեսադաշտի դժվար տեսանելի դրվագում պետք է կարողանա ստույգ գնահատել իրավիճակը: Նման իրավիճակներ հաճախ ստեղծվում են տուգանային հրապարակներում:

10 պատկերանոց պատառը հետազոտվողի կողմից ցուցադրվում է 10 վայրկյան, որից հետո հետազոտվողները մտապահվածը վերարտադրում են իրենց տրամադրված աղյուսակում:

Գործիքային հետազոտման մեթոդներից ստացված արդյունքները լրացվել են ֆուտբոլի մրցավարների անձնային առանձնահատկությունները, հոգեկան հուսալիությունն ու մտածողության տեսակը բացահայտող թեստային հետազոտությանը ստացված տվյալներով:

Տակտիկական մտածողությունը մարզական գործունեության ընթացքում իրականացվող այն մտածողությունն է, որը վերաբերվում է մրցումային արտակարգ պայմաններին և անմիջականորեն ուղղված է մարտավարական կոնկրետ խնդիրների լուծմանը: Մրցավարի տակտիկական մտածողությանը բնորոշ է այն, որ վերջինս ընթանում է ժամանակի խիստ սահմանափակ պայմաններում շարժողական գործողությունների և ակնառու պատկերների ու երևույթների անմիջական ընկալման հետ սերտ կապով, ֆիզիկական լարվածության ինտենսիվ պայմաններում, տարաբնույթ ապրումների հիմնագույնին և հաշվի առնելով սպասվող իրադարձությունների հավանականության աստիճանը:

Աղյուսակ 2.

**Գ. Վ. Ռեզապիկնայի «Ընտրությունն՝ արոֆիլային դասարաններ»
մարտավարական մտածողության առանձնահատկությունները
բացահայտող հարցարան՝ ըստ մեր կողմից վերաձևակերպված և
մրցավարներին հարմարեցված տարբերակի**

№	Մտածողության առանձնահատկությունները	Բնութագրում
1	2	3
1.	Ակնառու-պատկերավոր մտածողություն	Մարտավարական խնդիրների լուծման ժամանակ մրցավարի մտածողությունը հիմնվում է ակնառու զգայական կերպարների ու երևույթների վրա
2.	Գործնական մտածողություն	Մրցավարի մտածողությունը ներառված է նրա գործունեության

		մեջ, ընթանում է շարժողական գործողություններից չկտրված: Հաճախմրցավարը ճիշտորոշում է կայացնում ոչ թե նախապես մտածելու ճանապարհով, այլ հենց գործողության ընթացքում
3.	Իրավիճակային մտածողություն	Մրցավարի մտածողությունն ընթանում է մշտապես փոփոխվող իրավիճակների հիմնագույնին և պահանջում է միայն ադեկվատ որոշումների կայացում, քանի որ սխալ որոշումը այլ ևս հնարավոր չէ ուղղել
1	2	3
4.	Մտածողության արագություն	Պայմանավորված է մարտավարական գործողությունների համար նախատեսված ժամանակի խիստ սահմանափակմամբ
5.	Մտածողության ճկունություն	Մրցավարը պետք է կարողանա արագ կողմնորոշվել բարդ իրավիճակներում, փոփոխություններ կատարել ստեղծված իրավիճակներում, հարկեղած դեպքում փոխել որոշումը
6.	Մտածողության նպատակասլացություն	Նշանակում է մրցավարի կենտրոնական կարողություն՝ չշեղվելով և չընդատելով նոր լուծումների փնտրտուքը: Նպատակասլացությունը սերտորեն կապված է կամքի զարգացման հետ
7.	Մտածողության ինքնուրույնություն	Մրցավարը պետք է կարողանա լուծել մարտավարական խնդիրները ինքնուրույն. որոշումներ կայացնել և գործել համապատասխան

		ստեղծված իրավիճակի՝ չտրվելով կողմնակի ազդեցություների
8.	Մտածողության խորություն	Արտահայտվում է մարտավարական գործողությունների մ գլխավորը՝ էականը երկրորդականից տարբերելու կարողությամբ
9.	Մտածողության լայնություն	Արտահայտվում է մարտավարական գործողությունների ընթացքի վրա ազդող մեծ թվով կապեր և հարաբերություններ վերահսկելու կարողությամբ: Ընդ որում օգտագործելով ինչպես անձնական փորձը, այնպես էլ այլ աղբյուրներ
10.	Մտածողության քննադատություն	Մտածողական գործողության դրսևորումներից մեկն է, առանց որի անհնար է խնդիրների ստեղծագործական լուծումը. սա սեփական մարտավարական գործողությունների մի քանի տարբերակների ամրության համակողմանի ստուգումն է

Վերը նշվածներին հարկ է ավելացնել, որ մրցավարական գործում ոչ սակավ կարևոր տեղ ունի նաև ներհայեցողությունն հասկացողությունը:

Ներհայեցողությունը՝ մտածողության գործընթացների շրջված չգիտակցված ձևով ընթացքն է, երբ ընկալվում է միայն մտածողական գործընթացի վերջնական արդյունքը [53, էջ 34-35]:

Ֆուտբոլային հանդիպումների ժամանակ մրցավարները հաճախ են բախվում մարտավարական խնդիրների հետև գործողությունները կատարում են ակնթարթորեն ու ճիշտ՝ առանց դրանց ոչ բավական հստակ գիտակցման: Իմաստավորումը վրա է հասնում արդեն գործողության ավարտից հետո: Սակայն ներհայեցողությունը ոչ մի դեպքում չի կարելի հասկանալ որպես որոշ մարդկանց բնորոշ

ինչ որ հատուկ ընդունակություն: Ներհայեցողական գործողությունները իրականանում են մրցավարի բազմակողմանիորեն հարուստ փորձի՝ մարտավարության խորը իմացության, ֆուտբոլի տեխնիկայի կատարելապես տիրապետման, մրցակիցների և թիմակիցների գործողություններին հետևելու կարողության, հավանական կանխատեսումների և անտիցիպացիայի (մրցողների գործողությունների կանխագուշակման) և վարձագած ընդունակության հիման վրա: Խոսելով մարտավարության մասին՝ անհրաժեշտ է իմանալ և հիշել, թե ինչ դեր է խաղում անտիցիպացիան մարտավարական գործողությունների ծրագրման և իրագործման մեջ:

Մրցավարների կանխատեսումները, մարզիկների գործողությունները կանխագուշակում են ոչ միայն հավանական կանխատեսումների, այլ և անմիջականորեն մրցակցային պայքարի ընթացքում հնարավոր խախտումները կանխող գործողությունների վրա: Ընդ որում, հատուկ տեղ են զբաղեցնում կանխագուշակող հակադրումները, այսինքն ֆուտբոլիստների շարժումների կամ գործողությունների սկիզբը (սկսելն) կանխող գործողությունները: Կռահող հակադրումները՝ որպես իրականության արտացոլումները կանխող հակադրեցություններ, հնարավոր են միայն հոգեկան գործընթացների միագումարության հիման վրա: Մի դեպքում դրանք իրականացվում են շարժվող օբյեկտների (թռչող գնդակ, շարժման մեջ գտնվող խաղացողներ և այլն) ընկալման, մեկ այլ դեպքում՝ հիշողության, մտածողության և երևակայության (անմիջական մրցավարության ժամանակ) հիման վրա:

Մասնագիտական կայացման գործընթացում յուրաքանչյուր մրցավար անցնում է հոգեկան զարգացման որոշակի շրջաններ: Առանձնացվում են մտածողության հետևյալ տեսակները՝ ակնառու-գործնական, ակնառու-պատկերավոր և բառատրամարանական: Ներկայացնենք դրանց բնութագրերը.

«Եթե մտածական օպերացիաները իրականանում են առարկաների հետձեռնաձվություն (մանիպուլյացիա) կատարելու միջոցով, ապա նկատի ունենք մտածողության *ակնառու-գործնական տեսակը*, որից սկսվում է մարդու բանականության զարգացումը դեռևս մանկության շրջանում, սակայն այն կիրառվում է նաև հասուն մարդկանց կողմից մասնագիտական գործունեության իրականացման ընթացքում: Մարզական գործունեությունում մտածողության այս

տեսակը հաճախ անփոխարինելի է, ինչը մասնավորապես ակտիվորեն դրսևորվում է մրցավարների մարտավարական մտածողության մեջ:

Ակնառու-պատկերավոր մտածողությունը, որը հենվում է առաջնային և երկրորդական պատկերների վրա, մարդը կիրառում է այն դեպքերում, երբ բառերով նկարագրվողը ներկայացվում է ակնառու կամ երբ մտային խնդիրը պետք է լուծել ուրվագծերի կամ նկարների միջոցով:

Բառատրամաբանական մտածողությունը բնորոշ է բառային ձևով ծածկագրված վերացական հասկացությունների օգտագործումը» [53, էջ 34-35]:

Գործնական մտավոր գործունեության մեջ մարդն օգտագործում է մտածողության բոլոր երեք ձևերը: Օգտագործելով բառային ցուցումներն ու հասկացությունները, մարդը կիրառում է նաև դրանց համապատասխան պատկերները: Ըմբռնելով այս կամ այն օբյեկտը՝ մարդը ստեղծում է դրա պատկերը, իսկ այնուհետև դրան բառային նշանակություն և հաղորդում:

Մրցավարական գործունեությունը անձից պահանջում է մտածողության բոլոր ձևերի ակտիվ դրսևորում, իսկ մտածողության զարգացման լավագույն միջոցը \$իզիկական վարժություններն են, որոնք մտավոր առումով պետք է հասանելի լինեն մրցավարների պատրաստության առաջին փուլում և աստիճանաբար բարդանան (բանական տեսակետից) պատրաստության հաջորդող փուլերում [53, էջ 34-35]:

Ընդհանուր առմամբ, մտածողության տեսակը տեղեկատվության վերափոխման անհատական միջոցն է: Իմանալով մտածողության սեփական տեսակը՝ կարելի է կանխագուշակել հաջողությունը մասնագիտական գործունեության կոնկրետ ձևում:

Առանձնացնում են մտածողության 4 հիմնարար տեսակներ, որոնցից յուրաքանչյուրն ունի իր յուրահատուկ բնութագրերը՝ առարկայական, պատկերային, նշանային և խորհրդանշական մտածողություն: Հարցաշարի այս տարբերակում մտածողության տեսակները ճշգրտված են հոգեբանությունում առկա դասակարգումների համապատասխանությամբ (առարկայական-գործնական, վերացական-նշանային, բառատրամաբանական, ակնառու-պատկերային): Անկախ մտածողության տեսակից մարդը կարող է բնութագրվել ստեղծարարությամբ (ստեղծագործական

ընդունակությունների) որոշակի մակարդակով: Կրեատիվության (ստեղծարարության) մակարդակը և տեղեկատվության վերամշակման գերակշռող ձևերն արտացոլող մտածողության պոֆիլը կարևոր է, սակայն մտածողության վերը նշված տեսակները մաքրամաքուր ձևով չատհազվադեպ են հանդիպում: Մի շարք մասնագիտությունների, այդ թվում նաև մրցավարական գործունեության համար անհրաժեշտ է մտածողության տարբեր տեսակների համակցություն: Այդպիսի մտածողությունն անվանում են համադրական: Ճիշտ է, մտածողության վառ արտահայտված տեսակը որոշակի առավելություն է տալիս գործունեության համապատասխան ձևերը յուրացնելիս, բայց ինչպես մրցավարի, այնպես էլ ցանկացած այլ մասնագետի համար ամենակարևորը մասնագիտական հետաքրքրություններն ու ընդունակություններն են [164, էջ 69-73]:

Այսպիսով, մտածողության ընտրված թեստի վերափոխված տարբերակը մեզ հնարավորություն է կընձեռի գնահատելու մրցավարների համար կարևոր՝ մտածողության առարկայական-գործնական, ակնառու-պատկերային տեսակների, ինչպես նաև ստեղծարարության դրսևորման աստիճանը (տե՛ս հավելված 7.):

Առարկայական-գործնական մտածողությունը բնորոշ է մրցավարներին, քանզի նրանք տեղեկատվությունը ըմբռնում և յուրացնում են շարժման միջոցով: Սովորաբար մրցավարների մեծ մասը ունենում է շարժումների լավ կոորդինացիա և առանց նրանց անմիջական մասնակցության հնարավոր չէ իրագործել ամենափայլուն գաղափարը՝ արդար մրցակցությունը: Մրցավարներին հատուկ է նաև ակնառու-պատկերային մտածողությունը, որովհետև նրանք կարողանում են պատկերացնել և՛ այն, ինչ եղել է, և՛ այն, ինչ կլինի, և՛ այն, ինչ երբեք չի եղել ու չի ելլի: Ինչ վերաբերում է ստեղծարարությանը, ապա այն բնորոշ է հատկապես տաղանդավոր մրցավարներին, ովքեր ունակ են գտնելու խնդրի ոչ միօրինակ լուծումները, ունեն ստեղծագործաբար մտածելու ընդունակություն:

Ռ. Բ. Քեթթելի «16-գործնային անձնային հարցարան» մեթոդիկայի Ա տարբերակը, որը կազմված է 187 հարցերից, նախատեսված է կազմվածքային գործոններ կոչվող անձնային գծերի 16 տարաբնույթ՝ հոգեբանական բովանդակությամբ անկախ բնութագրերի չափման համար: Յուրաքանչյուր գործոն ունի իր

պայմանական անվանումը և ենթադրում է կայուն հավանական կապ՝ անձի առանձին գծերի միջև:

Սույն հարցարանի գործոնների կառուցվածքը յուրաքանչյուր առանձին մրցավարի մոտ արտացոլում է նրա անձի անհատական-հոգեբանական հատկությունների հավանական մոդելը և, սեփական պատկանելության հետազոտական ընտրանքի խմբային մոդելի հետ համադրելիս, ներկայացնում է կոնկրետ անձի անհատական յուրօրինակությունը, ինչպես նաև թույլ տալիս հավանականության մեծ չափաբաժնով կանխատեսելու նրա իրական վարքը որոշակի կենսական իրադրություններում:

Տվյալ թեստի տեսական և մեթոդականական հիմքը անձի գործոնային վերլուծությունն է, որը թույլ է տալիս առավել մանրամասն ուսումնասիրել հատկապես կրթական և մշակութային զարգացածության բարձր մակարդակ, բավարար ու տարատեսակ կենսական և մասնագիտական փորձ ունեցող մրցավարների անձնային առանձնահատկությունները: Սույն մեթոդիկայով ստացված արդյունքների մեկնաբանումը իրականացվում է նախնական՝ «հում» միավորները «ստեղծների» փոխակերպելու միջոցով, որը կատարվում է չափակարգման առաջարկվող աղյուսակի օգնությամբ: Հիշյալ մեթոդիկայի հոսսալիությունն ու վալիդությունը, ինչպես նշում է Հ. Ա. Բաբայանը, ապացուցվել է բազմաթիվ հոգեբանական հետազոտություններով, որոնց շարքում առանձնակի կարևորվում են Մ. Վանեկի, Վ. Գոշեկի, Բ. Սվոբոդայի, Ֆ. Վ. Կոնդրատևի, Է. Վ. Կուզմինի, Վ. Լ. Մարիշչուկի, Վ. Է. Միլմանի և շատ այլ հեղինակների բավականին արժեքավոր փորձարարական հետազոտությունները [26, էջ 44-45]: Այս թեստի միջոցով անձնային առանձնահատկությունների հետազոտումը կատարվել է խմբային եղանակով, ինչը թույլ է տալիս, առաջին հերթին, թեստի տվյալ տարբերակը կիրառել որպես էքսպրես-մեթոդիկա, և երկրորդ՝ խմբային թեստավորման դեպքում հետազոտության սուբյեկտիվության գործոնը հանգեցվում է նվազագույնի, արդյունքում բարձրանում է հետազոտության հոսսալիությունը: Հանձնարարության կատարման համար տրվել է 45-50 րոպե:

Հետազոտումը կատարվում է միաժամանակյա խմբային հարցման ձևով: Հետազոտվողներին տրվում է հարցաշար և պատասխանների համար նախատեսված բլանկ: Թեստի պայմաններին ծանոթանալուց

հետո հետազոտվողները պատասխանում են հարցարանի հարցերին՝ ընտրելով երեք (Ա, Բ, Գ) տարբերակներից մեկը և լրացնելով համապատասխան վանդակը: Պատասխանները գնահատվում են միավորներով: Յուրաքանչյուր գործոն կազմվում է առանձին միավորների գումարից, որոնք համապատասխանում են թեստի բանալու կոնկրետ վանդակին:

Մրցավարի հոգեկան հուսալիությունը որոշել ենք Վ. Է. Միլմանի (1976) մշակած հարցարանի մեր կողմից վերափոխված տարբերակի միջոցով: Հոգեկան հուսալիությունը դիտարկվում է որպես բարդ մրցակցային պայմաններում հոգեկան հիմնական մեխանիզմների գործառնությունների կայունություն և բաղկացած է մի քանի բաղադրիչներից՝ հուզական մրցակցային կայունությունից, ինքնակարգավորումից, էներգետիկ-դրդապատճառային բաղադրիչից, կայունությունից և արգելքադիմացկունությունից: Հոգեկան հուսալիության նշված բաղադրիչներից յուրաքանչյուրը բնութագրվում է ցուցանիշների միագումարությունով (ամբողջությունով):

Հուզական մրցակցային կայունության ցուցանիշներն են՝ բնավորությունը, նախամրցումային գրգռվածության ինտենսիվությունը, մրցակցային դրդվածության հուզականությունը և դրա փոփոխականությունը, գործողությունների բնույթի վրավերջինիս ազդեցության աստիճանը և այլն:

Ինքնակարգավորման ցուցանիշներն են՝ սեփական հուզական վիճակը ճիշտ գիտակցելու և գնահատելու կարողությունը, վերջինիս վրա, մասնավորապես, բառային ինքնահրամաններով ազդելու կարողությունը, պայքարի ընթացքում վերակազմակերպվելու կարողությունը, սեփական գործողությունները վերահսկելու գործառնության զարգացնելը և այլն:

Դրդապատճառային ոլորտի ցուցանիշներն են՝ ընդհանրապես սպորտի, և մասնավորապես, սեփական մասնագիտական գործունեության ձևի հանդեպ սերը, ձգտումը՝ մրցակցական պայքարի ցանկացած ձևին, բոլոր ուժերը մրցումների ողջ ընթացքում ներդնելը և այլն:

Կայունության և արգելքադիմացկունության ցուցանիշներն են՝ ներքին գործառնական վիճակի կայունությունը, մտավոր և շարժողական հմտությունների կայունությունը, տարբեր կարգի

խոչընդոտների ներգործությանը չտրվելը, մոբիլիզացիոն ընդունակությունների և հոգեկան կարևոր ֆունկցիաների օպտիմալ մակարդակի ապահովումը:

Հոգեկան հուսալիության հարցաշարի կրճատ տարբերակը ներառում է 22 հարց, որոնցից յուրաքանչյուրի պատասխանը (բացառությամբ 17-րդ հարցի) վերաբերում է վերոգրյալ չորս բաղադրիչներից մեկին և գնահատվում է միավորների որոշակի քանակությամբ:

Սակայն մրցավարների հոգեկան հուսալիության բացահայտման համար մեր կողմից ընտրվեց սույն մեթոդիկայի ընդլայնված՝ 40 հարցանի տարբերակը (տե՛ս հավելված 9.): Սույն տարբերակը ներառում է հավելյալ 18 հարց, որոնք թույլ են տալիս ստանալ տեղեկություններ պատասխանատու մրցաշարերի պայմաններում իրավիճակային արտակարգությունն ստեղծող սթրեսորների խմբի մասին:

Տարբերում են սթրեսորների չորս խմբեր.

1. Ներքին անորոշության սթրեսորներ՝ ՆԱՍ (գործառական վիճակների, տեխնիկայի, ֆիզիկական որակների դրսևորման փոփոխությունները, ինչպես նաև տարբեր կարգի սուբյեկտիվ խոչընդոտները):

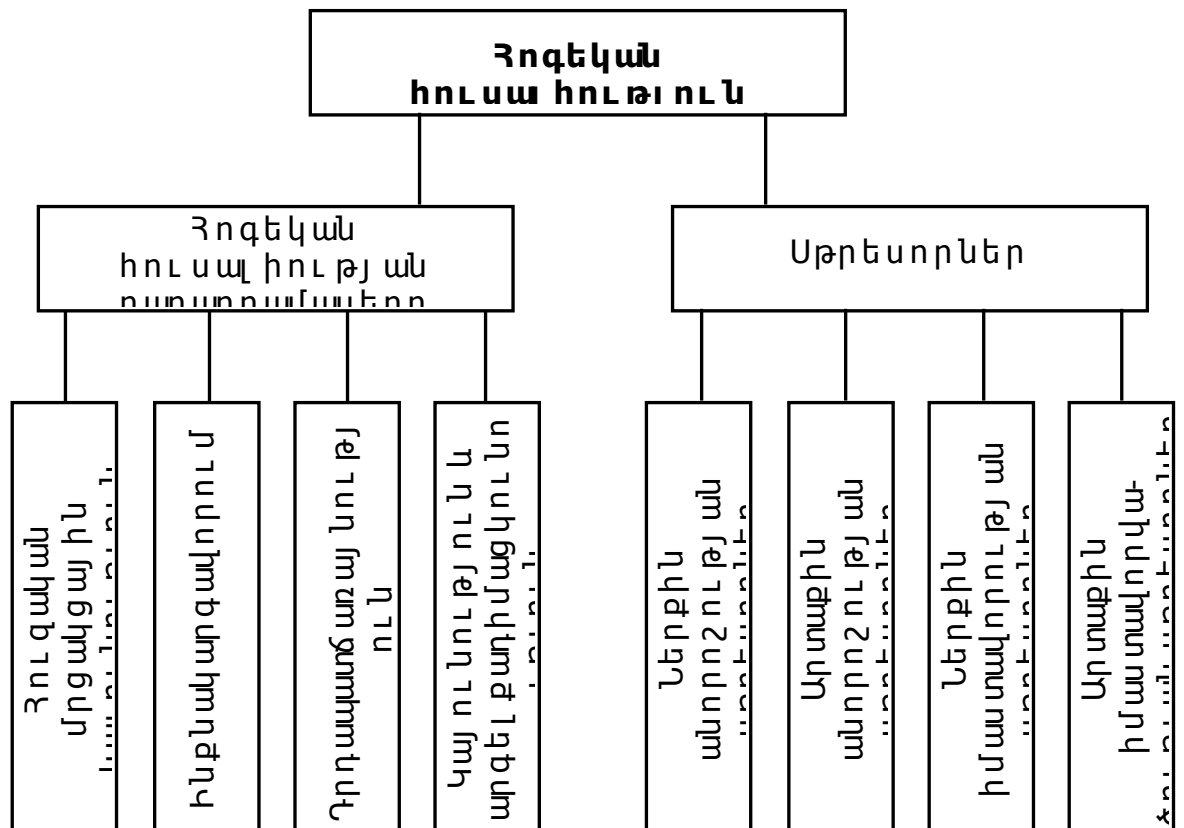
2. Արտաքին անորոշության սթրեսորներ՝ ԱԱՍ (մրցման ընթացքի ոչ լրիվ հստակությունը, մարզական պայքարի ընթացքի անկանխատեսելիությունը, մրցող թիմերի մարզավիճակն ու մարտավարությունը, հնարավոր արտաքին խոչընդոտները):

3. Ներքին իմաստավորության (արժեքականության) սթրեսորներ՝ ՆԻՍ (մրցավարության ընթացքում կամ անհաջողելքի հետևանքով տիպիկ ապրումների առաջացման վախը: Այստեղ կարելի է դասել վախերի մի շարք տեսակներ ևս, օրինակ՝ վնասվածքի, վտանգավորության և այլն):

4. Արտաքին իմաստավորվածության սթրեսորներ՝ ԱԻՍ (նպատակային դիրքորոշումների, հեղինակության դիրքորոշման, ինչպես նաև այլ անձանց հետաքրքրությունների և նյութական վնասի հնարավորությունը):

Մասնագիտական պատրաստության գործընթացում մրցավարների մոտ ձևավորվում են որոշակի հոգեկան ֆունկցիաներ, որոնք հակազդում են սթրեսորների կազմալուծող ազդեցությանը:

Մրցավարների հոգեկան հոլսալ իոլթյ ան ոլրվագիծը պատկերավոր տեսքով կարելի է տեսնել մրցակցային հոգեկան հոլսալ իոլթյ ան ներկայացված գծապատկերում (նկ. 2):



Նկար 2. Մրցակցային հոգեկան հոլսալ իոլթյ ան բադադրամասերի ոլրվագիծը ըստՎ. Է. Միլ մանի

Այ սադիսով, ֆոլտեոլի մրցավարների հոգեկան հոլսալ իոլթյ ոլնը դիտարկել ենք ոլրաբա մի քանի բադադրիչների ամբողջ ոլթյ ոլն. հոլգական մրցակցային կայ ոլն ոլթյ ոլն, ինքնակարգավորում, դրդապատճառային ոլն ոլրոտ, կայ ոլն ոլթյ ոլն-արգել քադիմացկոլն ոլն ոլն:

Լաբորատոր-գործիքային և թեստային մեթոդներից ստացված ցոլցանիշներն ամրապնդվել են դիտման մեթոդով ստացված տվյալներով, և մրցավարները տեղյակ չեն եղել, ոլ հանդիսանում են հետազոտման օբյեկտ:

**ԳԼՈՒԽ 4. ՖՈՒՏԲՈԼԻ ՄՐՑԱՎԱՐԻ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՊԱՏԿԵՐԱՑՈՒՄՆԵՐԻ,
ՀՈԳԵՇԱՐԺԻՉ ՈԼՈՐՏԻ ԵՎ ԱՌԱՆՁԻՆ ՀՈԳԵԿԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՆԵՐԻ
ՈՒ ՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ**

**4.1. Մրցավարի մասնագիտական կողմնորոման սուբյեկտիվ
ցուցանիշների վերլուծություն**

Նախքան հիմնական լաբորատոր ու բնական մեթոդների քննարկմանն անցնելը, ներկայացնում ենք մեր կողմից մշակված հատուկ պարզաբանված ցուցանիշները ստացված ցուցանիշները, որոնց վերլուծության շնորհիվ պարզել ենք հետազոտվողների՝ մրցավարական գործը ընտրելու հիմնական դրդապատճառները: Հարցարանը միտված է գնահատելու ֆիզիկական և հոգեբանական պատրաստության, ընդհանուր և մասնագիտական գիտելիքների մակարդակը, ինչպես նաև Հայաստանի և միջազգային ֆուտբոլային մրցավարության ընթացքում մրցավարների թույլ տրված սխալների պատճառների համեմատական գնահատականը:

Բոլոր հարցվողները որպես մրցավարի մասնագիտությունը ընտրելու դրդապատճառ նշել են ֆուտբոլի նկատմամբ ունեցած սերը: Հարցվող 40 մրցավարներից 2-ը որպես լրացուցիչ պատասխան նշել են նաև մրցակցային իրավիճակի ճիշտ գնահատման և մեկնաբանման դրդապատճառը, ևս 2-ը՝ մասնագիտական գործունեության ընտրությունը պայմանավորել են ֆուտբոլային մրցապայքարի արդյունավետ և արդար ընթացքին նպաստելու ցանկությամբ:

Աղյուսակ 3.

**Ֆուտբոլի մրցավարների մասնագիտական ընտրության
դրդապատճառների համեմատական աղյուսակ, ըստ խմբերի (Ա՝
բարձրակարգ և Բ՝ ցածրակարգ)**

№	Դրդապատճառներ	Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	սերը ֆուտբոլի նկատմամբ	20	20
2.	արդարության պահպանումը ֆուտբոլային մրցապայքարում	-	-
3.	մրցակցային իրավիճակների ճիշտ գնահատումը և մեկնաբանումը	2	-
4.	ֆուտբոլային մրցապայքարի արդյունավետություն	2	-

	արդար ընթացքին նպաստել ու ցանկությունը		
--	--	--	--

Աղյուսակ 3-ում ներկայացված ցուցանիշները վկայում են, որ երկու խմբերում մրցավարները սիրով են կատարում իրենց մասնագիտական պարտականությունները, հետևաբար նրանց մոտ առկա է ինքնահարգանք ու դրական վերաբերմունք թե՛ իրենց անձի, թե՛ ընտրած մասնագիտության հանդեպ:

Սարտով զբաղվել եք հարցին 90 %-ը պատասխանել է այն: Ա խմբում 70 %-ը նշել է ֆուտբոլ, 10 %-ը այլ մարզաձև պատասխանները, 10 %-ը՝ ոչ, ևս 10 %-ը՝ և՛ ֆուտբոլ, և՛ այլ մարզաձևեր: Բ խմբում 50 %-ը՝ ֆուտբոլ, 25 %-ը՝ այլ մարզաձև, 5 %-ը՝ ոչ, 10 %-ը և՛ ֆուտբոլ, և՛ այլ մարզաձևեր: (տես աղ. 4)

Աղյուսակ 4.

Ֆուտբոլի մրցավարների մարզական արակտիկան Ա և Բ խմբերում

№	Մարզական պատրաստությունը	Մարզաձևը	Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)	Σ	%
1.	Մարզվածներ	Ֆուտբոլ	14	10	24	60
		Այլ մարզաձևեր	2	5	7	17.5
		և՛ ֆուտբոլ, և՛ այլ	2	4	6	15
2.	Չմարզվածներ	Ոչ մի մարզաձև	2	1	3	7.5

Ինչպես պարզ է դառնում աղյուսակ 4-ից, հետազոտական ընտրանքի միայն 7.5%-ն է, որ չունի մարզական, հետևաբար նաև ֆուտբոլ ային պատրաստության անհրաժեշտ մակարդակ: 17.5 %-ը թեպետ ունի մարզական որոշակի փորձ, սակայն չունի ֆուտբոլ ային պատրաստության անհրաժեշտ մակարդակ, իսկ 75 %-ի մոտ է առկա է ֆուտբոլ ային պատրաստվածության անհրաժեշտ կամ բավարար մակարդակ:

Ա խմբում մրցավարությունը մասնագիտություն է համարել հարցվողների 85 %-ը, 10 %-ը՝ այն համարել է ֆուտբոլում դրսևորվելու միջոց, իսկ 5 %-ը՝ նախապիրություն: Բ խմբում 65 %-ը

համարել է մասնագիտություն, 15 %-ը՝ ֆուտբոլում դրսևորվելու միջոց, ևս 15 %-ը՝ նախասիրություն և 5 %-ը՝ զբաղմունք:

Աղյուսակ 5.

**Մրցավարության հանդեպ վերաբերմունքի համեմատական
բնութագրերը Ա և Բ խմբերում**

№	Բնութագրեր	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Մասնագիտություն	17	13
2.	Ֆուտբոլում դրսևորվելու միջոց	2	3
3.	Նախասիրություն	1	3
4.	Զբաղմունք	-	1

Վերլուծելով աղյուսակ 5-ում ներկայացված ցուցանիշները, կարող ենք արձանագրել, որ մրցավարների որակավորման աստիճանի և մրցավարական ստաժի ավելացման հետ ընտրված մասնագիտության հանդեպ ձևավորվում է համարժեք վերաբերմունք, իսկ անհամադոր մասնագիտական ընկալումներով պատահական մարդիկ, որոնք Բ խմբում կազմում են շուրջ 20 %, հետևողական չեն մասնագիտական կատարելագործման մեջ, քանզի մասնագիտական սխալ ընտրություն են կատարել:

Հաջորդ՝ «Ո՞ր երկրների մրցավարությունն էք համարում առավել կատարելագործված» հարցին ի պատասխան, մրցավարների՝ ըստ առաջնահերթության թվարկած առաջին երեք երկրների անվանումները ընդհանրացված տեսքով ներկայացված են աղյուսակ 6-ում: Հավել ենք նաև, որ ներկայացված աղյուսակում տեղ են գտել նաև այնպիսի երկրներ, որոնք առաջնայնության տեսակետից չեն եղել առաջին երեք նշվածների շարքում, սակայն այս կամ այն կերպ կարևորվել են հարցվածների մեծամասնության կողմից:

**Ֆուտբոլ այ ին բարձրակարգ մրցավարության առանձնացող
երկրների ցանկը
ըստ հարցվածների պատկերացումների**

№	Երկիր	Ախումբ (n ₁ =20)			Բխումբ (n ₂ =20)		
		1 տեղ	2 տեղ	3 տեղ	1 տեղ	2 տեղ	3 տեղ
1.	Անգլիա	16	1	2	16	1	3
2.	Իտալիա	4	8	4	4	5	6
3.	Իսպանիա	4	4	8	5	2	9
4.	Գերմանիա	1	2	7	-	3	5
5.	Ֆրանսիա	-	-	6	-	-	5
6.	Յուգոսլավիա			5			3
7.	Ռուսաստան			2			2
8.	Բրազիլիա	-	-	-			
9.	Պորտուգալիա			1			-
10.	Հայաստան						

Աղյուսակ 6.-ում պարզ երևում է, որ հայ մրցավարները ավելի հավանում են անգլիական ոճի մրցավարությունը, այսինքն՝ կոշտ, բայց կոռեկտ (բարեկիրթ), քիչ սուլոցներով և ընդհատումներով, ֆուտբոլիստներին ազատ խաղալու հնարավորություն տվող մրցավարությունը։ Սակայն մեր հետազոտության շրջանակում անցկացված բնական դիտման արդյունքում պարզվել է, որ հայ մրցավարները գործնականում այնքան էլ մոտ չեն անգլիական ոճին, ավելի են՝ նրանց գործողություններն ավելի համապատասխանում են հարավեվրոպական, մասնավորապես՝ իսպանական ֆուտբոլի մրցավարությանը։ Փաստորեն հայ մրցավարները տեսականորեն նախընտրում են ավելի «տղամարդկային» ֆուտբոլը, մտովի պատրաստ են պայքար թույլատրող մրցավարությանը, սակայն գործնականում կիրառում են ավելի մեղմ, զգուշավոր մրցավարություն։ Այս հանգամանքը կապում ենք այն բանի հետ, որ հայ մրցավարների մոտ նկատվում է վերադասի նկատմամբ կաշկանդվածություն, իսկ այդ հոգեբանական բարդույթը ազդում է նրանց՝ իրենց մասնագիտությունում լիարժեք դրսևորվելու վրա։

«Ի՞նչ կողմերով է առանձնանում մրցավարությունը Հայաստանում» հարցին Ա և Բ խմբի մրցավարները տվել են տարբեր պատասխաններ: Եթե Բ խմբում առավելություն են համարել խաղից հետո քննարկումներն ու ղեկավարության կողմից նրանց նկատմամբ լավ վերաբերմունքը, ապա Ա խմբի մրցավարներն առանձնացրել են հայկական ֆուտբոլում և մրցավարությունում տիրող բարոյահոգեբանական լավ մթնոլորտն ու անաչառ մրցավարությունը: Իսկ թերությունների շարքում երկու խմբերն էլ մատնանշել են մրցող թիմերի խաղամակարդակի ցածր լինելու պատճառով պայմանավորված մրցավարական մակարդակի դանդաղ աճը: Ցածրակարգ մրցավարները թերությունների մեջ հաճախ նշել են նաև ֆինանսական վատ պայմանները: Մեր հետազոտության համատեքստում առանձնահատուկ կարևորում էինք հենց մրցավարների տեսակետից մատնանշվող թերությունների բացահայտումը, քանզի այս դեպքում, կարող ենք ասել, որ հետազոտական ընտրանքը դիտարկվում է նաև որպես փորձագետների խումբ:

«Որո՞նք են այն թերությունները, որ հաճախակի են հանդիպում հայ մրցավարների շրջանում» հարցին ի պատասխան առաջարկվող տարբերակներից հետազոտական երկու խմբերում էլ մրցավարների մեծ մասը ընդգծել է բարձրակարգ հանդիպումներ անցկացնելու սակավությունն ու հոգեբանական պատրաստության բացակայությունը: Արդյունքները ներկայացված են աղյուսակ 7-ում:

Աղյուսակ 7.

Հայ մրցավարների թերությունների գնահատականներն ըստ հետազոտական խմբերի

№	Թերություններ	Խմբեր		Σ	%
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)		
1.	Մրցավարական փորձի պակասը	11	7	18	45
2.	Գործի նկատմամբ անտարբերությունը	1	3	4	10
3.	Մասնագիտական գիտելիքների	-	2	2	5

	պակասը				
4.	Ֆիզիկական պատրաստությունը	2	2	4	10
5.	Հոգեբանական պատրաստությունը	6	6	12	30

Ինչպես երևում է աղյուսակ 7-ից՝ հետազոտված բոլոր մրցավարների 75 %-ը միակարծիք են այն հարցում, որ իրենց չեն բավարարում հոգեբանական գիտելիքներն ու հմտությունները, ինչպես նաև մասնագիտական փորձը: Վերլուծելով աղյուսակի տվյալները, կարող ենք նաև հետևություն անել այն մասին, որ մասնագիտական փորձի ավելացման և որակավորման բարձրացման հետ մասնագիտական գիտելիքների պակասը լրացվում է, բայց մրցավարական գործունեության հոգեբանական ապահովումը՝ այդպես էլ մնում է անկատար:

Մրցավարի մասնագիտության կարևոր հատկանիշների աստիճանակարգման տեսակետից բարձրակարգ մրցավարները առավել շատ կարևորել են կանոնների իմացությունը, իսկ ցածրակարգ մրցավարները կանոնների իմացությունն ու կրթությունը:

Աղյուսակ 8.

Մրցավարի մասնագիտության համար անհրաժեշտ հատկանիշների գնահատման ցուցանիշները (%-ով)

№	Անհրաժեշտ հատկանիշներ	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Տեսական գիտելիքները	14	14
2.	Մրցավարական կանոնների իմացությունը	25	20
3.	Մրցավարի կրթությունը	10	20
4.	Ֆիզիկական պատրաստականությունը	17	18
5.	Հոգեբանական պատրաստականությունը	15	12
6.	Տեխնիկական-մարտավարական հմտությունները	4	6
7.	Մասնագիտական փորձը	12	8
8.	Մրցավարի մարզական և մասնագիտական նվաճումները	3	2

Ինչպես ցույց են տալիս աղյուսակ 8-ում ներկայացված տվյալները՝ հոգեբանական պատրաստականությունը որպես

մասնագիտության հաջողությունն ապահովող տարր, ըստ կարևորության՝ Ա խմբում զբաղեցնում է երրորդ, իսկ Բ խմբում՝ հինգերորդ հորիզոնականը: Հետևաբար կարող ենք եզրահանգել, որ որակավորման բարձրացման հետ մեկտեղ ֆուտբոլի մրցավարների համար ևս պարզորոշ է դառնում, որ իրենց իսկ մասնագիտական առաջընթացն այլևս պարտադրում է դիմել հոգեկան ունակորման տեխնիկաների աջակցությանը:

Մրցավարի՝ նշված կամային տասը հատկություններից հետազոտվողների մեծ մասի գնահատականներով կարևորվել են հետևյալ վեց հատկությունները՝ կայունություն, վճռակա-
նություն, ինքնատիրապետում, ինքնուրույնություն, խիզախություն և համարձակություն: Արդյունքները ներկայացված են աղյ. 9-ում:

Աղյ. 9-ում

Մրցավարների կամային կարևոր որակներն ըստ Ա և Բ խմբերի գնահատականների

№	Կամային որակներ	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Վճռականություն	18	26
2.	Կայունություն	20	24
3.	Համարձակություն, խիզախություն	42	20
4.	Ինքնատիրապետում	20	16
5.	Ինքնուրույնություն	-	14

Ինչպես երևում է աղյունակում ներկայացված տվյալներից, Ա խմբի մրցավարների տեսակետից՝ առաջին տեղում համար-
ձակությունն է, իսկ Բ խմբում՝ վճռականությունը, այսինքն՝ փորձի ավելացման և որակավորման բարձրացման հետ մրցավարները սկսում են գործել ավելի ինքնավստահ ու համարձակ, քան նախկինում: Երկու խմբում էլ որպես երկրորդ գործոն կարևորվել է հուզական կայունությունը:

Մրցավարն ինչպիսի՞ շարժողական ընդունակությունների պետք է տիրապետի հարցից ստացված տվյալները ներկայացված են աղյ. 10-ում:

Աղյ ու սակ 10.

**Մրցավարին անհրաժեշտ շարժողական ընդունակությունների
ըստ հետազոտական Ա և Բ խմբերի**

№	Ֆիզիկական որակներ	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Ուժ	4	3
2.	Արագաշարժություն	11	9
3.	Ճկունություն	2	2
4.	Ճարպկություն	3	2
5.	Կոորդինացիա	5	5
6.	Դիմացկունություն	11	8
7.	Բոլորը միասին վերցրած	2	3

Աղյ ու սակից պարզորոշ երևում է, որ երկու խմբերի մրցավարներն էլ կարևորել են արագաշարժությունն ու դիմացկունությունը:

«Ուշադրության ինչպիսի՞ հատկությունների պետք է տիրապետի մրցավարը (կենտրոնացվածություն, բաշխում, ծավալ, փոխակերպում)» հարցին Ա խմբի մրցավարների 85 %-ը և Բ խմբի մրցավարների 65 %-ը պատասխանել են կենտրոնացվածությունը (աղյ. 11.):

Աղյ ու սակ 11.

Ուշադրության առանձնահատկություններն ըստ հարցված խմբերի

№	Առանձնահատկություններ	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Կենտրոնացվածություն	17	13
2.	Բաշխում	1	4
3.	Ծավալ	2	2
4.	Փոխադրում	-	1

Հիշողության տեսակներից երկու խմբերն էլ առավել շատ կարևորել են տեսողական հիշողության ունը (աղյ . 12.):

Աղյ ու սակ 12.

Հիշողության տեսակների գնահատականներն ըստ հարցված խմբերի

№	Հիշողության տեսակներ	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Տեսողական	13	12
2.	Բառատրամաբանական	1	-
3.	Օպերատիվ	2	2
4.	Հոլգական	-	1
5.	Շարժողական	2	1
6.	Բոլորը միասին վերցրած	3	1

Խաղաղաշտում մրցավարի նկատած յուրաքանչյուր մանրուքի մտապահումն իսկապես շատ կարևոր է մրցավարության ունում, հատկապես այն իրավիճակներում, երբ առավելության սկզբունքը կիրառելով՝ խաղավարը չի դադարեցնում տուժող կողմի սուր գրոհը, այնուհետև մտապահելով դրվագը՝ պատժում է կարգազանց ֆուտբոլիստին:

Ըմբռնման նշված առանձնահատկություններից ֆուտբոլի հարցված մրցավարները առավել շատ կարևորել են արագությունը, ստույգությունը և հաստատունությունը:

Աղյ ու սակ 13.

Ըմբռնման առանձնահատկություններն ըստ հարցված խմբերի

№	Հատկություններ	Խմբեր	
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)
1.	Արագություն	12	7
2.	Ստույգություն	7	5
3.	Հաստատունություն	6	3

Մեր կարծիքով՝ մրցավարական գործի համար կարևոր է նաև ըմբռնման խորությունը, ինչը հաստատվեց նաև մեր լաբորատոր-գործիքային հետազոտություններում:

Մտածողության հատկություններից հետազոտվողների մեծ մասը առանձնացրել է մտածողության տեմպը:

Աղյուսակ 14.

Մտածողության առանձնահատկություններն ըստ հարցված խմբերի

№	Հատկություններ	Խմբեր	
		Ա ($n_1=20$)	Բ ($n_2=20$)
1.	Տեմպը	15	11
2.	Խորությունը	1	2
3.	Տրամաբանվածությունը	4	6
4.	այլ	-	1

Համաձայնելով հետազոտությանն ինչ ստացված տվյալների հետ կարող ենք փաստել, որ մտածողության տեմպը անկասկած անհրաժեշտ է մրցավարներին, սակայն ոչ պակաս կարևոր ենք համարում նաև մտածողության մյուս տեսակները: Մեր խորին համոզմամբ, մտածողությունն իր բոլոր տեսակներով և դրսևորումներով կարևորվում է յուրաքանչյուր բնագավառում և ցանկացած գործունեության հուսալիության գրավականը համազոր գործողությունների ու օպերացիաների տրամաբանվածությունն է:

Մրցավարի հուզական վիճակներից հետազոտական խմբերում ընդգրկվածները հիմնականում կարևորել են հուզական դիմացկունություն ու սթրեսակայունությունը:

Աղյուսակ 15.

Մրցավարի հուզական վիճակների գնահատականները Ա և Բ խմբերում

№	Խմբեր	Հուզական դիմացկունություն	սթրեսակայունություն	տագնապայնություն
1.	Ա ($n_1=20$)	15	5	-
2.	Բ ($n_2=20$)	11	8	2

Հատկանշական է, որ հուզական դիմացկունությունը կարևորվել է նաև անձնային գործոնների թեստավորման արդյունքներով:

Հոգեշարժիչ գործոնների շարքում հարցվածները բոլորից շատ կարևորել են մրցավարների ժամանակին արագ և ճիշտ հակազդումները (աղյուսակ 16):

Աղյուսակ 16.

Ա և Բ խմբերում ստացված հոգեշարժիչ գործոնների ցուցանիշները

№	Խմբեր	ռեակցիա	Մոբիլ իզացիոն ուճակողություններ	Մկանաշարժողական	Տարածա- ժամանակային
1.	Ա ($n_1=20$)	15	2	3	-
2.	Բ ($n_2=20$)	12	5	3	2

Եթե անձի անհատական հոգեբանական առանձնահատկությունների դերը մրցավարությունում, բարձրակարգ մրցավարների մոտ առավել ապես կապվում է բնավորության, ապացածրակարգ մրցավարների մոտևա ընդունակության հետ:

Աղյուսակ 17.

Մրցավարների գործունեության հուսալիությունն ապահովող անձնային հոգեկան հատկություններն ըստ հարցվածների

№	Հոգեկան հատկություններ	Խմբեր	
		Ա ($n_1=20$)	Բ ($n_2=20$)
1.	Բնավորություն	9	6
2.	Խառնվածք	4	4
3.	Ընդունակություններ	6	6
4.	Անձնային ուղղվածություն	1	4

Հարցվող մրցավարներին հնարավորություն էր տրվել նաև սեփական փորձի և գիտելիքների հիման վրա պատասխանել հետևյալ հարցին՝ «Ձեր կարծիքով մրցավարական սխալներն առավել ապես խաղաղաշտի ո՞ր հատվածում են լինում, ինչպիսի՞ իրավիճակներում և խաղի որ ժամանակահատվածում»: Երկու խմբի մրցավարներն էլ առավել շատ պատասխանել են տուգանային հրապարակում (աղյուսակ 18):

**Խաղաղաշտու մարձանագրվող մրցավարական սխալների
բաշխվածությունը Ա և Բ խմբերում**

№	Խաղաղաշտի հատվածներ	Խմբեր		Σ	%
		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)		
1.	Տուգանային հրապարակ և մատույցներ	14	10	24	60
2.	Դարպասային հրապարակ	1	1	2	5
3.	Դաշտի կենտրոն	1	2	3	7,5
4.	Եզրագծերի երկայնքով	1	4	5	12,5
5.	Այլ հատվածներում	2	4	6	15

Ինչպես ցույց են տալիս աղյուսակում ներկայացված թվերը, մրցավարական սխալների առյուծի բաժինը՝ 60 %-ը, տեղի է ունենում տուգանային հրապարակում և նրա մատույցներում, որտեղ առավել սուր և լարված պայքար է ընթանում, այսինքն՝ մեծանում է ծայրահեղության և արտակարգության գործոնը: Այս իրողությունը փաստվում է նաև մեր կողմից հայ մրցավարների նկատմամբ կիրառված բնական փակ դիտման և ԱԱ 2014 մրցավարների վարած խաղերի տեսադիտման վեբ ու ծոթություններով:

Այսպիսով, ընդհանրացնելով հարցաթերթիկային հարցման արդյունքները, կարող ենք արձանագրել, որ անկախ նախկինում ֆուտբոլի հետ գործնական կապ ունենալու հանգամանքից և մասնագիտական կրթությունից ու ստաժից, բոլոր հետազոտվողների համար մրցավարական գործն ընտրելու առաջնային դրդապատճառը ֆուտբոլի նկատմամբ սերն է, իսկ մրցավարությունը՝ գերակշռող կազմի մոտընկալվում է որպես մասնագիտություն:

Հետազոտվողները առավել կարևորում են մրցավարական կանոնների լավ իմացությունը, թեև նրանց համար պակաս կարևոր չեն տեսական գիտելիքները, ֆիզիկական և հոգեբանական պատրաստությունը: Ֆուտբոլի մրցավարների մեծ մասը, հանդիսանալով նախկին մարզիկներ և լավագույնս պատկերացնելով մարզաձևի յուրահատկությունները, մրցավարների հոգեկան հատկություններին և գործընթացներին (ուշադրությունը,

ըմբռնմանը, հիշողությանը և մտածողությանը) տված գնահատականներում կարևորել են սպորտին այդքան բնորոշ՝ արագությանը, տեմպը, արագաշարժականությանը և դիմացկունությանը, ինչպես նաև զգայաշարժական արագ հակազդումները:

Հավելենք նաև, որ ստացված բոլոր արդյունքները հիմք են հանդիսացել հետագա հետազոտությանների կազմակերպման համար, ինչպես նաև արտահայտված է մեր հետազոտությանն պաշտպանության ներկայացվող հիմնահարցերում:

4.2. Հայ աստանի և միջազգային որակավորման առաջատար մրցավարների սխալների ու դրանց պատճառների համեմատական վերլուծություն

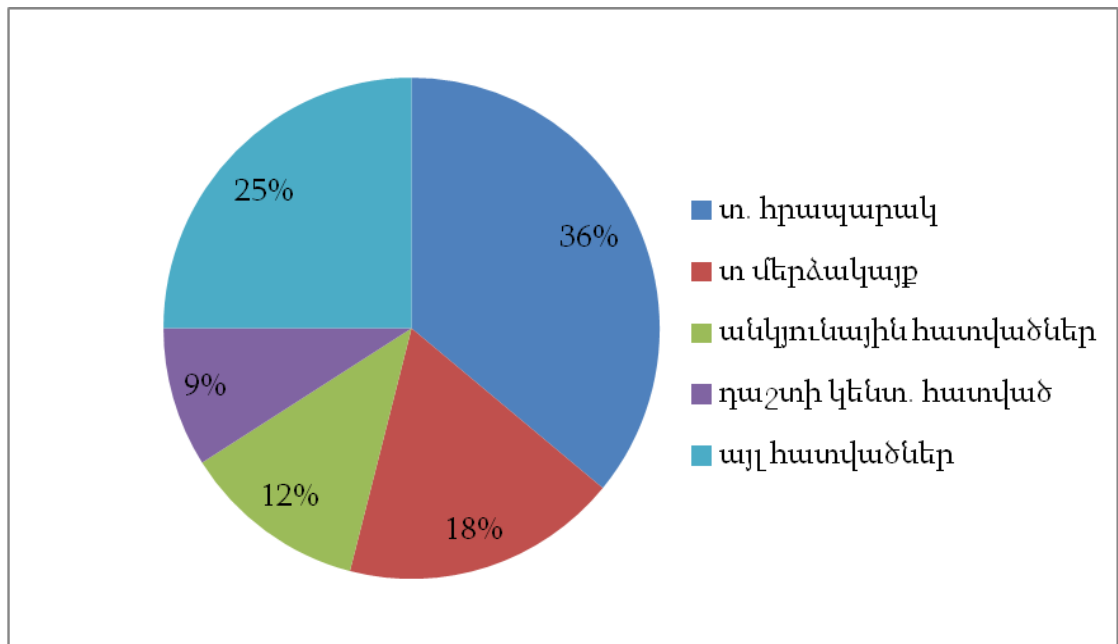
Մեր հետազոտած 40 հայ մրցավարների և Բրազիլիայում կայացած 2014 թվականի Աշխարհի առաջնության (ԱԱ) 64 հանդիպումներն սպասարկած 120 մրցավարների հետ գրեթե նույն ժամկետներում զուգահեռաբար անցկացրած մեր դիտարկումները համեմատելու համար կիրառել ենք փակ բնական դիտման (հայ մրցավարներ) և լաբորատոր՝ տեսադիտման (ԱԱ մրցավարներ) մեթոդները: Համապատասխան գրանցումներ են իրականացվել 2014 թվականի ԱԱ 64 հանդիպումների և Հայ աստանի տարբեր առաջնությունների 100 հանդիպումների վերաբերյալ: Արդյունքների ամփոփումը արձանագրեց, որ ԱԱ խաղերի ընթացքում մրցավարները կայացրել են 1898 որոշում, որոնցից 200-ը սխալ կամ անհամապատասխան (համաձայն՝ մրցավարական միջազգային կանոնակարգի): Փաստորեն որոշումների 9,5 %-ը սխալ է:

Հայ աստանի մրցավարները 100 հանդիպումներում կայացրել են 3100 որոշում, որոնցից 308-ը սխալ, այսինքն 9,9 %-ը: Հետազոտությունից ստացված արդյունքներից պարզ դարձավ, որ հայ մրցավարների մոտ գերակշռում է ոչ բավարար փորձը, բարձր մակարդակի հանդիպումներ անցկացնելու պակասը, ինքնավստահության պակասը, ֆիզիկական կարողությունների և տեսական գիտելիքների ոչ բավարար մակարդակը, ինչպես նաև հոգեբանական պատրաստվածության ցածր մակարդակն ու արտաքին ազդեցությունների ենթարկվելու բացասական երևույթը: Սակայն

պետք է հաշվի առնել նաև այն փաստը, որ Հայաստանի հետազոտված մրցավարները ունեցել են տարբեր որակավորում, և բաժանված են եղել երկու խմբի: Առաջին խումբը կազմել են 5 տարուց ավելի ստաժ և բարձր որակավորում ունեցող մրցավարները, և նրանց կողմից 50 հանդիպումներում կայացվել է 1510 որոշում, որից 140-ը սխալ: Մինչև 5 տարի ստաժ և համեմատաբար ցածր որակավորում ունեցող մրցավարները վարած 50 խաղերում կայացրել են 1590 որոշում, որից 170-ը սխալ: Այսինքն առաջին խմբի սխալները կազմել են 9,2 %, իսկ երկրորդ խմբինը՝ 10,8 %:

Վերլուծությանը ցույց տվեց, որ որոշ փորձագետներ նման քանակը համարում են օրինաչափ, իսկ որոշները՝ բացասական: Սակայն ամենաեականն այն է, որ մրցավարական սխալները կրում են ոչ միայն քանակական, այլև՝ որակական բնույթ: Հնարավոր է մրցավարը հանդիպման ընթացքում մի քանի սխալ որոշում կայացնի, որոնք չազդեն խաղի արդյունքի կամ հաշվի վրա, իսկ մեկ այլ դեպքում անթերի անցկացնի ամբողջ հանդիպումը, սակայն խաղի վերջին րոպեին այնպիսի սխալ թույլ տա, որը ճակատագրական դառնա և՛ թիմերից մեկի, և՛ իր համար:

Բրազիլիայում կայացած 2014 թվականի աշխարհի առաջնությանը անդամացվել են առավել կարևոր 9 հանդիպումները՝ **Բրազիլիա-Խորվաթիա, Մեքսիկա-Կամերուն (1:0), Իսպանիա-Հոլանդիա (1:5), Բելգիա-Ռուսաստան (1:0), Էկվադոր-Հոնդուրաս (2:1), Նիգերիա-Բոսնիա և Հերցեգովինա (1:0), Իտալիա-Ուրուգվայ (0:1), Խորվաթիա-Մեքսիկա (1:3), Գերմանիա-Արգենտինա (1:0)**, որոնցում արված 18 սխալները ազդել են խաղի վերջնարդյունքի կամ հաշվի վրա: Սխալների մեծ մասը (10 սխալ) կատարվել են տուգանային հրապարակում, որոնց 40 %-ը (4 սխալ) կապված է եղել 11 մետրանոցների նշանակման հետ: Տուգանային հրապարակում կատարված մրցավարական սխալների քանակով երկրորդ տեղում դարպասի գրավման հետ կապված անարդարացի որոշումներն են (3 սխալ): Երրորդը՝ կարմիր և դեղին քարտերն են, չորրորդ տեղում խաղից դուրս իրավիճակն է: Իսկ խաղադաշտի տարբեր հատվածներում կատարած սխալների քանակով առաջին տեղում խաղից դուրս վիճակն է (6 սխալ):



**Նկար.3 ԱԱ մրցավարների սխալ ներքին տկոսային
ներկայացվածությունը
ըստ խաղադաշտի հատվածների**

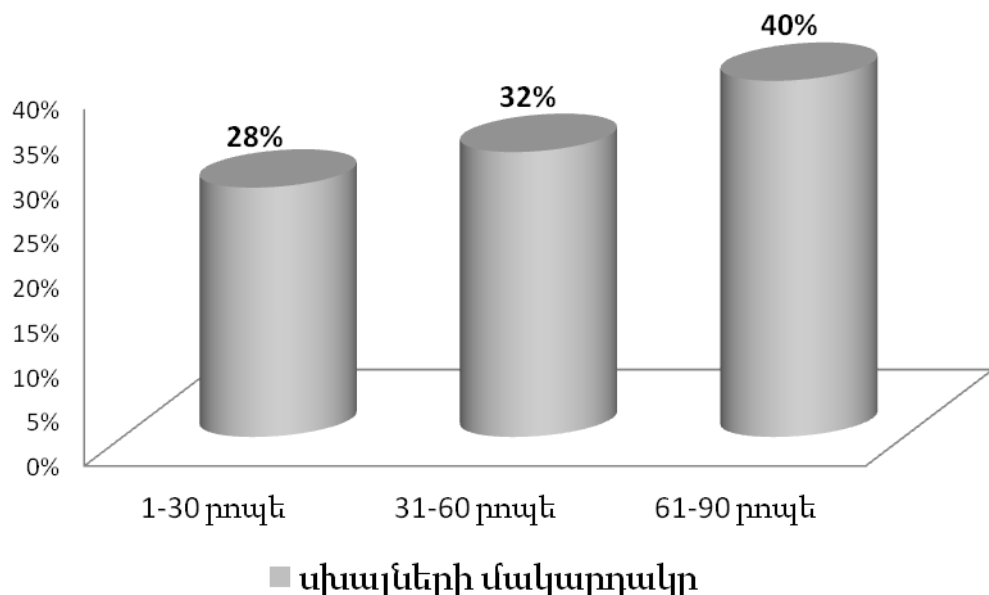
Այս պիստվ բերված օրինակներն ու տեսադիտման մեթոդով ԱԱ 64 հանդիպումների մեր կողմից ուսումնասիրված սխալները փաստում են, որ աշխարհի առաջնությունում մրցավարներն առավել շատ սխալներ են թույլ տվել տուգանային հրապարակում (նկ. 7):

Դրանք հիմնականում կապված են եղել 11 մետրանոցների հետ: Այս հարցում ոչ միայն մեծ դեր է խաղում բարդ իրավիճակներում մրցավարի տեսողական ընկալումը, ընտրած դիրքը, տեսադաշտի ծավալի նոսրացումը, այլև որոշման կայացման տատանումը: Ֆուտբոլի մրցավարների գործունեության ընթացակարգը թույլատրում է որոշում կայացնելու համար մինչև երկու վայրկյան մտածել, նոր արձանագրել փաստը, սակայն երբեմն այդ ժամանակահատվածը չի բավականացնում, քանի որ որքան հանդիպումը ծանր է լինում, այնքան դժվար է դառնում արագ և ճիշտ որոշում կայացնելը: Մրցավարական սխալները տուգանային հրապարակներում (և ոչ միայն) ավելի շատ են ստացվում երկրորդ խաղակեսում, հատկապես հանդիպման վերջնամասում: Դա ոչ միայն արտահայտվում է մրցավարի ծանր աշխատանքի հետևանքով առաջացած հոգնածությամբ, այլև մրցող թիմերի խաղացողների հոգնածության ֆոնի վրա առաջացած նյարդային լարվածությամբ, դաշտի տերերի թիմի պարտության կամ ոչ ցանկալի արդյունքի պարագայում նաև

տրիբունաներում գտնվող երկրպագուների սանձարձակությամբ: Նշված գործոնները կամա, թե ակամա անդրադառնում են մրցավարի գործունեության վրա. նա որոշում կայացնելիս շատ կարճ ժամանակահատվածում հաշվի է նստում այդ հանգամանքների հետ:

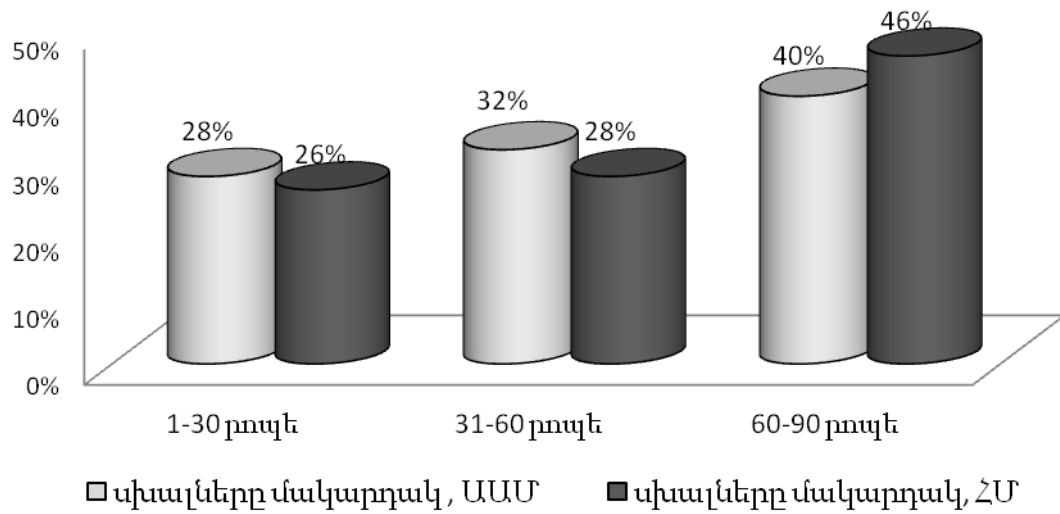
Հետազոտված հայ մրցավարների հետ մեր կատարած Վ. Է. Միլմանի մրցակցային հոլսալիության թեստի արդյունքների վերլուծությունից ակնհայտ երևում է, որ բարձրակարգ մրցավարների մոտ ավելի են կարևորվում ներքին ու արտաքին իմաստավորվածության սթրեսորները: Եվ դա բացատրվում է այն հանգամանքով, որ նրանք ունեն ավելի մեծ կորուստ կրելու վտանգ: Մեկ անհաջող խաղի պատճառով բարձրակարգ մրցավարները կարող են կորցնել ձեռք բերված հեղինակությունը, ինչպես նաև կրեն նյութական խոշոր կորուստներ:

Աշխարհի առաջնության և Հայաստանի տարբեր առաջնությունների սխալների վերաբերյալ մեր վերլուծության ամբողջական տվյալները ցույց են տալիս, որ սխալների 60 տոկոսը լինում են երկրորդ խաղակեսում: Իսկ ըստ ժամանակահատվածի՝ 1-30-րդ րոպեների ընթացքում սխալները կազմում են 27-28%, 31-60 րոպեների ընթացքում 32-33%, իսկ վերջին 30 րոպեների ընթացքում՝ մինչև 40-46 տոկոս (նկ. 4, 5):



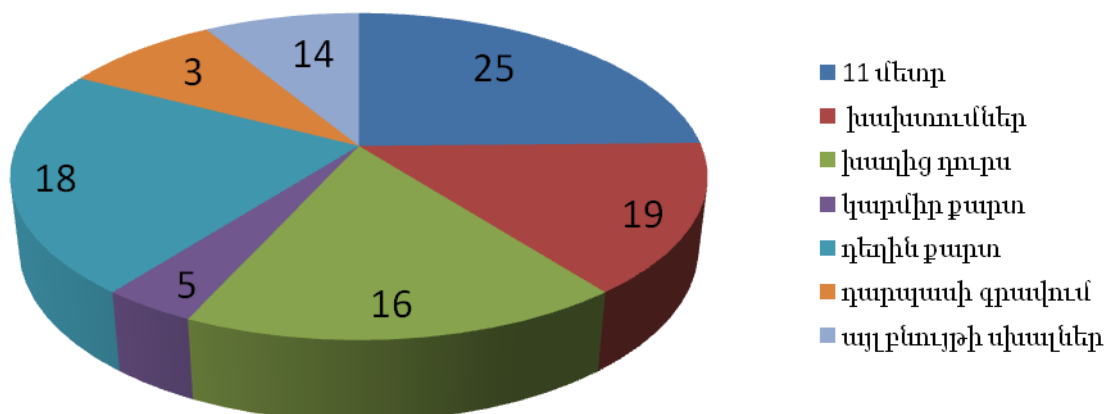
Նկար 4. 2014 թվականի Աշխարհի առաջնությունն սպասարկած մրցավարների սխալների տոկոսային ներկայացվածությունը ըստ ժամանակահատվածի

Քանի որ լրացուցիչ խաղակետերը տոկոսային առումով շատ քիչ էին, ուստի նախատեսված արմար չենք գտել հետազոտել:



Նկար 5 Աշխարհի առաջնության և Հայաստանի տարբեր առաջնություններ սպասարկած մրցավարների սխալների համեմատական տոկոսային ներկայացվածությունը ըստ ժամանակահատվածի

Հայ մրցավարների մոտ, ըստ մեր կատարած փակ բնական դիտումների՝ տոկոսային առումով ավելի բացասական արդյունքներ են արձանագրվել խաղավերջում, հատկապես վերջին 10 րոպեների ընթացքում (նկ. 5):



Նկար 6. Սխալների տեսակային և տոկոսային ներկայացվածությունը

Որպես պատժամիջոց դեղին և կարմիր քարտերը կիրառվել են 1970 թվականից: Առյուսակում ներկայացված է վերջին 12 առաջնություններում մրցավարների կողմից ֆուտբոլիստներին ցույց տրված քարտերի դինամիկան:

**Մրցավարների՝ դեղին և կարմիր քարտերով պատժելու
վիճակագրությունը**

Տարեթվերը	Անցկացման վայրը	Դեղին քարտեր	Կարմիր քարտեր
1970	Մեքսիկա	50	0
1974	Գերմանիա	84	5
1978	Արգենտինա	53	5
1982	Իսպանիա	98	5
1986	Մեքսիկա	137	8
1990	Իտալիա	165	16
1994	ԱՄՆ	221	15
1998	Ֆրանսիա	258	22
2002	Կորեա-Ճապոնիա	270	17
2006	Գերմանիա	326	28
2010	ՀԱՀ	255	17
2014	Բրազիլիա	183	10

Առյուսակ 19.

Այսպիսով, բնական և լաբորատոր դիտման արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ բացառապես անսխալ մրցավարություն չի լինում: Բոլոր մրցավարներն անխտիր, անկախ կարգից, տարիքից, սեռից ու փորձից, ինչ-որ չափով ընկնում են հոգեբանական ճնշման մեջ՝ ակտիվանում են և՛ ներքին, և՛ արտաքին սթրես գործոնները: 2014 թվականի աշխարհի առաջնության և ՀՀ տարբեր առաջնությունների հետազոտություններից պարզորոշ երևում է, որ աշխատունակության անկման հետ ավելանում են մրցավարական սխալները, որը հատկապես արտահայտվում է խաղավերջում՝ կարգով ավելի ցածր մրցավարների մոտ: Ակնհայտ է նաև այն փաստը, որ որքան բարձր է որոշում կայացնելու նշանակությունը, այնքան մեծ է սխալ վելու հավանականությունը: Այս ամենը հաշվի առնելով՝ առաջարկում ենք մրցավարի ընտրության, հետագա պատրաստության և գործունեության ընթացքում լուրջ

ուշադրություն դարձնել մրցավարների հոգեբանական պատրաստությանը՝ անձնային որակների կատարելագործմանը և հոգեշարժիչ ընդունակությունների զարգացմանը:

4.3. Մրցավարի գործունեության արդյունավետության առավել յուրահառուկ հոգեբանական գործոնների վերլուծություն

Ֆուտբոլը ինչպես և ներկայիս մեծ սպորտը վաղուց ի վեր մկանային ուժի պայքարից աճել է նյարդերի ու մտքի պայքարի նաև: Ժամանակակից ֆուտբոլի տեմպի, ուժային պայքարի և արագության զարգացման հետ մեկտեղ մեծացել են նաև ֆուտբոլի մրցավարների պրոֆեսիոնալ պատրաստության պահանջները: Ֆուտբոլի մրցավարն ամբողջ խաղի ընթացքում պետք է կենտրոնացած լինի ոչ միայն ֆուտբոլիստների գործողությունների վրա, այլև ուշադիր լինի խաղադաշտի հարակից սահմաններում և մարզադաշտի ողջ տարածքում գտնվողների գործողությունների հանդեպ: Այսինքն 90, առանձին դեպքերում նույնիսկ 120 րոպե ուշադրության և հոգեկանի ուղղվածության կենտրոնացվածությունը պետք է լինի առավելագույն մակարդակի վրա: Իսկ դրա համար մրցավարը պետք է ոչ միայն շատլավ պատրաստված լինի ֆիզիկապես, այլև կարողանա մշտապես պահպանել հոգեֆիզիոլոգիական թարմությունը:

Ժամանակակից սպորտային գիտությունում առավել ակնհայտ է ֆուտբոլի մրցավարների պատրաստության նեղ մասնագիտական հետազոտությունների շարքը [38, 39, 185]: Միևնույն ժամանակ շատ քիչ ուշադրություն է դարձվում մրցավարների, մասնավորապես ֆուտբոլի մրցավարների պատրաստության հոգեբանական, առավել ապես հոգեկան հուսալիության խնդիրներին:

Հաշվի առնելով այն հանգամանքը, որ հետազոտողներից գրեթե ոչ-ոք խորությամբ չի անդրադարձել ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հոգեբանական հուսալիության կարևոր բաղադրիչ հանդիսացող հոգեշարժիչ ընդունակությունների լուսաբանմանը, ուստի մեր հետազոտության մեջ կարևորել ենք նաև ֆուտբոլի Հայաստանի առաջնությունները սպասարկող մրցավարների հոգեշարժիչ ընդունակությունների ուսումնասիրումը:

Ֆուտբոլի Հայաստանի առաջնության մրցավարների գործունեության հուսալիության առավել կարևոր հոգեբանական գործոնների հայտնաբերման համար իրականացվել են ժամանակակից

փորձաքննության ու նույնի
հետազոտության ու ներքին:

հավաստագրված

լաբորատոր

**Մրցավարների գործունեության հուսալիության հոգեշարժիչ
ցուցանիշների համեմատական աղյուսակ**

Աղյուսակ 20

Բնութագրեր		Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)	d	t	p
		$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$			
Հգայաչափություն կան հավաքողումներ (վրկ.)	ՊՌ	0.22 ± 0.03	0.23 ± 0.03	0.01	1.03	> 0.05
	ԲՌ	0.31 ± 0.04	0.32 ± 0.03	0.01	1.0	> 0.05
	ԲՌ սխալների քանակ	1.7 ± 1.19	1.6 ± 1.27	0.1	0.3	> 0.05
	ՇՕՌ (քանակ)	3.7 ± 1.92	2.25 ± 2.07	1.45	2.3	< 0.05
Դինամիկ ուշադրություն		13.71 ± 2.67	14.96 ± 3.59	- 1.25	1.3	> 0.05
Տեսողական հիշողություն	5 պատկեր	5.00 ± 0.00	4.3 ± 0.74	0.70	4.1	< 0.01
	7 պատկեր	4.90 ± 0.73	3.5 ± 1.10	1.40	4.7	< 0.01
	10 պատկեր	6.3 ± 1.17	4.6 ± 1.67	1.70	3.8	< 0.01
առնություն (ձեռն) (աջ)	արտաքին	80.20 ± 6.32	74.3 ± 8.39	5.90	2.4	< 0.05
	ներքին	58.25 ± 8.86	56.4 ± 9.02	1.85	0.7	> 0.05
	վերին	45.75 ± 8.43	39.4 ± 7.48	6.35	2.5	< 0.05
	ստորին	64.35 ± 7.87	60.4 ± 9.67	3.95	1.4	> 0.05
առնություն (ձեռն) (ձախ)	արտաքին	79.90 ± 5.49	72.8 ± 10.06	7.10	2.8	< 0.05
	ներքին	60.20 ± 8.04	55.9 ± 8.69	4.30	1.6	> 0.05
	վերին	46.00 ± 8.37	39.7 ± 6.71	6.30	2.6	< 0.05
	ստորին	63.45 ± 7.81	59.5 ± 11.56	3.95	1.3	> 0.05
կենտրոն- նից դեպի աջ	քանոն 5 սմ.	0.35 ± 0.49	0.65 ± 0.59	- 0.3	1.8	> 0.05
	քանոն 15 սմ.	0.35 ± 0.49	0.70 ± 0.92	-0.35	1.5	> 0.05
	քանոն 25 սմ.	0.7 ± 0.73	1.1 ± 0.79	-0.4	1.7	> 0.05
սիգն	քանոն 5 սմ.	0.4 ± 0.5	0.65 ± 0.59	-0.25	1.5	> 0.05

	քանոն 15 սմ.	0.7 ± 0.47	1.2 ± 0.95	-0.5	2.2	< 0.05
	քանոն 25 սմ.	0.7 ± 0.66	1.2 ± 0.69	-0.5	2.4	< 0.05

Խնդիր էր դրվել ի հայտ բերել մրցավարի գործունեության հուսալիության այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են հոգեշարժարժիչ ընդունակությունները՝ պարզ և բարդ շարժողական ռեակցիա (ՊԾՌ, ԲԾՌ), շարժվող օբյեկտի հանդեպ ռեակցիա, մտածողության, ուշադրության, հիշողության, ըմբռնումների և տեսադաշտի ընկալման առանձնահատկություններ:

Հետազոտության նպատակով կիրառված է արորատոր մեթոդները համապատասխանեցված են ֆուտբոլի մրցավարի գործունեությունում հաճախ հանդիպող այնպիսի իրավիճակներին, ինչպիսիք են ժամանակի էլիմիթի պայմաններում և սթրեսային իրավիճակներում ինքնատիրապետումը չկորցնելու և արագ ու ճիշտ որոշումներ կայացնելու ունակությունները:

Հետազոտության խնդիրները էություն համար դեկլարվել ենք հոգեդիագնոստիկայում ընդունված կանոններով և տվյալներով:

Տվյալները մշակվել են փորձարարական հետազոտության ունում ընդունված մաթեմատիկական մեթոդների միջոցով: Կատարվել է հետազոտական խմբերի միջին թվաքանակների ($\bar{x}$), միջին քառակուսային շեղումների (σ), խմբերի միջև միջին թվաքանակայինների տարբերության (t), Ստյուդենտի, հավաստիությունը որոշող և Պիրսոնի (r) համահարաբերակցական ցուցանիշները:

Աղյուսակ 19-ում ներկայացված տվյալներից պարզ է դառնում, որ մրցավարները առանձնանում են իրենց հարաբերականորեն բարձր որոշ հոգեշարժողական հատկանիշներով: Օրինակ՝ տեսողական հիշողությունը չափող թեստի առաջին՝ 5 պատկերանոց սլայդի մտապահման և վերարտադրման արդյունքներով մրցավարների մոտ նկատվում է բարձր արդյունք: Սակայն երկու խմբերում կտրուկ նվազում է նկատվել նույն թեստի 7 և 10 պատկերներով փորձի անցկացման ժամանակ: Իսկ դանշանակում է, որ թեև ֆուտբոլի մրցավարների պատկերային և իրավիճակային հիշողությունը բավականին զարգացած է, սակայն առավել խճճված պահերին, արտակարգ իրադրություններում նրանց մոտ կարող է նկատվել ճշգրիտ որոշման կայացման հուսալիության անկում: Վերջինս

բնորոշ է հատկապես տուգանային հրապարակում տեղի ունեցող խառը իրավիճակներին:

Հետազոտության ընթացքում տվյալներից պարզվեց, որ մրցավարների մոտ ցանկալի մակարդակի չեն պարզ և բարդ շարժողական հակազդումները, ընդ որում՝ գրեթե բազմաթիվ տարբերություն չի նկատվել Ա խմբի (18-24 մվկ.) և Բ խմբի (20-25 մվկ.) մրցավարների միջև: Հետևաբար կարող ենք ասել, որ մրցավարների հոգեշարժիչ ուժերի զարգացման ներուժը գրեթե չի օգտագործվում:

Մեծ տարբերություն է նկատվել մրցավարների Ա և Բ խմբերի միջև շարժվող օբյեկտի նկատմամբ հակազդեցության ցուցանիշների արդյունքներով, ինչը նշանակում է, որ վերջինս փորձի և հմտության ավելացման հետ մեկտեղ աստիճանաբար կատարելագործվում է տարիների ընթացքում: Ի դեպ՝ ինչպես տեսողական հիշողությունը, շարժվող օբյեկտի նկատմամբ զարգացած հակազդեցությունը մեծապես կօգնի ֆուտբոլի մրցավարին խառնաշփոթ իրավիճակներում:

Հետազոտության արդյունքներից պարզվեց, որ դինամիկ ու շարժողությունը հայ մրցավարների մոտ զարգացվածության ցանկալի մակարդակի չէ, քանի որ, թե՛ Ա, թե՛ Բ խմբի մրցավարների արդյունքները միջին մակարդակի են: Սակայն Ա խմբի առանձին անդամների մոտ նկատվել է ուշադրության փոխադրման գերազանց դրսևորում, ու նրանց մեծ մասը ՖԻՖԱ-ի մրցավարի օգնականներ են: Այսինքն՝ տվյալ հետազոտությունից պարզվեց, որ եզրային մրցավարների մոտ դինամիկ ու շարժողությունն ավելի զարգացած է, և որքան նրանք ավելի բարձր կարգ ունեն, այնքան հուսալի են դառնում այս ցուցանիշի առումով:

Դինամիկ ու շարժողությունը բնականաբար սերտ կապ ունի տեսողական ընկալիչների հետ: Մեր կատարած տեսաադաշտի ծավալը չափող թեստը պարզեց, որ հայ մրցավարների մոտ, ընդհանուր խմբերի առումով, նույնպես ոչ այնքան ցանկալի արդյունք է: Մասնավորապես, եթե համեմատենք գործող ֆուտբոլիստների հետ, ապակնկատեք, որ կա 10-15 % տարբերություն:

Այսպիսով, անցկացված լաբորատոր-գործիքային հետազոտության տվյալներից պարզ դարձավ, որ ֆուտբոլի մրցավարների մոտ առավել կարևորվում է տեսողական հիշողությունը: Եվ որքան այն ավելի զարգացած է՝ ինչի մրցավարի

մոտ, այնքան նա ավելի հուսալի կլինի արագ և ստույգ որոշում կայացնելիս: Իսկ հոգեշարժողական ոլորտի չափումների արդյունքները վկայում են, որ ֆուտբոլի մրցավարների մոտ առավել կարևորվում են բարդ և հատկապես շարժվող օբյեկտի նկատմամբ հակազդումները, ինչը, կարծում ենք, օրինաչափ է:

**ԳԼՈՒԽ 5. ՄՐՑԱՎԱՐԻ ԱՆՁԻ ԵՎ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ**

**5.1. Ֆուտբոլի մրցավարի անձնային հատկությունները որպես
մասնագիտական գործունեության անարդյունավետության հիմնարար
գործոն**

Ֆուտբոլը մեր օրերում զարգացման այնպիսի աստիճանի է հասել, որ մարզիկների գնահատման աստիճանն ու օբյեկտիվությունը, մասնավորապես մրցավարության տեսանկյունից, բավականաչափ խնդիրներ են առաջացնում: Խաղի տեմպը, արագությունը, շարժումների բազմազանությունը, ուժային պայքարը, բազմաթիվ բախումները տեխնիկատակտիկական ու մարտավարական փոփոխություններն անմիջականորեն ազդում են առավելապես խաղային ձևերի, մասնավորապես ֆուտբոլի մրցավարների վրա: Ժամանակակից գրականությունում քիչ չեն ֆուտբոլի մրցավարի հիմնախնդիրն վերաբերող գիտական աշխատությունները [23, 44, 45, 46, 184, 189], սակայն նրանց նվիրված հոգեբանական հետազոտություններն սպասվածից սակավ են: Դեռ 2004 թվականին Մ. Ա. Կուզմինն իր «Մրցավարական գործունեության հոգեբանական գործոնները ֆուտբոլում» [106] ատենախոսական աշխատանքում ի հայտ է բերել որոշ անձնային գործոններ, որոնք դրական դերակատարում ունեն մրցավարական գործում: Իրենց հետազոտություններում նմանատիպ եզրահանգումների են հասել նաև Վ. Բ. Մյակոնկովն ու Ա. Ն. Նիկոլանը [137], սակայն այդ հետազոտություններում անձնային տվյալները ներկայացված են եղել որպես ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հաջողության անհրաժեշտ հատկություններ:

Մեր հետազոտության շրջանակում ֆուտբոլի մրցավարի անձնային տվյալները ներկայացված են որպես մրցավարական գործունեության հոսսալիության մասնագիտական կարևոր ընդունակությունների (ՄԿԸ) հիմնական բաղկացուցիչների լրացում:

Հետազոտությունը կատարվել է Ռ. Բ. Քեթթելի բազմագործոն հարցարանի (16 ԱԳ (անձնային գործոններ), 187 հարցանիշ՝ տարբերակ «Ա») օգնությամբ:

Աղյուսակ 21-ում բերված արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ բոլոր գործոնների առումով խմբերի միջև կան տարբերություններ՝ ներկայացված ինը ցուցանիշների պարագայում է, որ երկու խմբերի միջև կատարբերություն:

Աղյուսակ 21.

Հետազոտական Ա և Բ խմբերում ընդգրկված մրցավարների անձնային գործոնների թեստավորման միջինացված ցուցանիշները

ԱԳ	Գործոնի նշանակությունը	Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)	d	t	P
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$			
A	Ներփակվածություն – Շփվողականություն	12,05±2.21	10,65±1.72	1.4	2,3	< 0.05
B	Ցածր ինտելեկտ – Բարձր ինտելեկտ	7.5±1.63	6.75±1.74	0.75	1.4	> 0.05
C	Հուզական անկայունություն – հուզական կայունություն	14.25±2.80	11.65±2.7	2.45	3	< 0.01
E	Ենթարկվողականություն – Գերակայություն (Անկախություն)	13.65±1.53	11.45±3.17	2.2	2.8	< 0.05
F	Զսպվածություն - անզսպություն	13.15±2.90	11.65±2.72	1.5	1.7	> 0.05
G	Հույզերի ենթարկվածություն – Վարքի բարձր նորմատիվություն	12.3±1.92	9.95±3.31	2.35	2.8	< 0.05
H	Երկչոտություն – Զամարձակություն	15.15±2.14	3.65±2.51	1.5	2.8	< 0.05
I	Խստություն, կոպտություն - Զգացմունքայնություն	10±2.69	11±1.10	-1	1.2	> 0.05
L	Վստահություն – Կասկածամտություն	12.2±1.79	10.1±1.44	2.1	4.1	< 0.01
M	Գործնականություն - Երևակայություն	11.55±2.48	8.15±2.45	3.4	4.4	< 0.01
N	Ուղղամտություն – Դիվանագիտություն	10.55±2.76	11.47±2.14	-1.08	1.2	> 0.05
O	Հանգստություն – Տագնապայնություն	11.7±2.77	10.4±1.35	1.3	1.9	> 0.05

Q ₁	Պահպանողականություն – Արմատականություն	7.95±1.76	6.55±1.98	1.4	2.4	< 0.05
Q ₂	Ներշնչվողություն – Ինքնուրույնություն	9.6±2.32	8.65±2.25	0.95	1.3	> 0.05
Q ₃	Ցածր ինքնահսկում - Բարձր ինքնահսկում	11.75±2.68	11.21±1.4 4	0.54	0.8	> 0.05
Q ₄	Թուլացվածություն – Լարվածություն	13.7±2.31	11.25±2.0 7	2.39	3.6	< 0.01

Ինչպես ակնհայտ է դառնում աղյուսակից՝ առավել ցայտուն տարբերություններ են արձանագրվել՝ Յուզական անկայունություն – հուզական կայունություն ($d=2.45$), Ենթարկվողականություն – Գերակայություն ($d=2.2$), Յույզերի ենթարկվածություն – Վարքի բարձր նորմատիվություն ($d=2.35$) և Գործնականություն – Երևակայություն ($d=3.4$) անձնային գործոններից:

Հատկանշական է, որ վերը նշված բոլոր 4 գործոնների պարագայում էլ Բ խմբում ընդգրկված մրցավարների ցուցանիշները ցածր են եղել Ա խմբի մրցավարների տվյալներից:

Հետազոտված բոլոր անձնային գործոններից միայն երկուսն են՝ Խստություն –2գացմունքայնություն ($d=-1$) և Ուղղամտություն – Դիվանագիտություն ($d=-1.08$), որ Բ խմբում ավելի բարձր են եղել, քան Ա խմբում ընդգրկված մրցավարների ցուցանիշներն են: Այս ամենը հնարավորություն է ընձեռում դատողություններ անելու ֆուտբոլի մրցավարներին բնորոշ կոնկրետ օրինաչափության մասին:

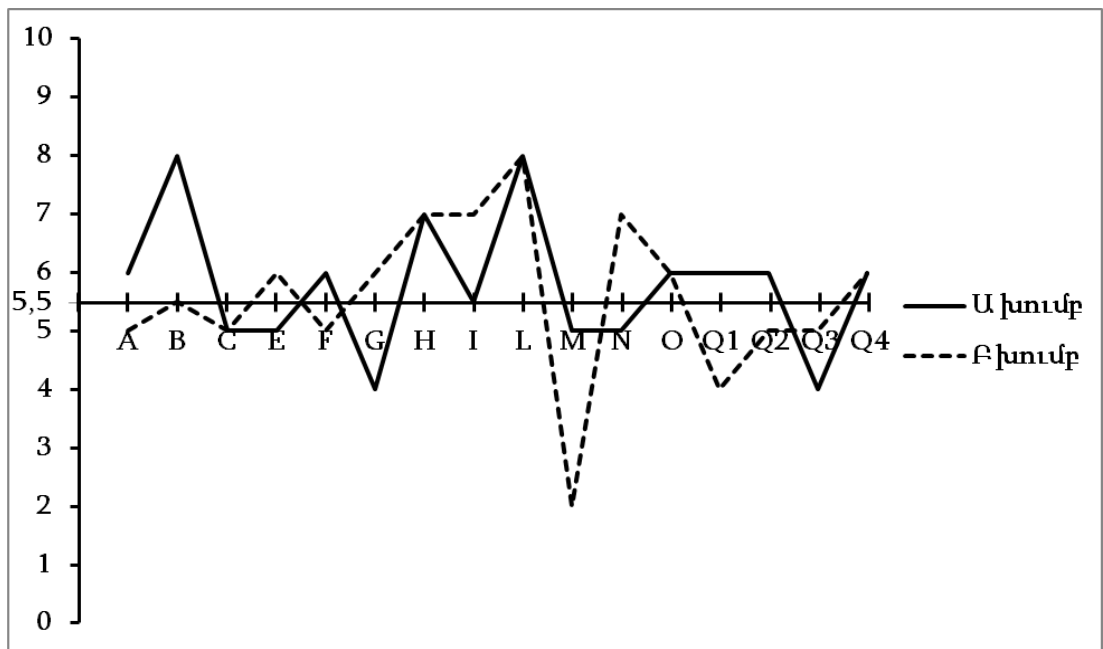
Ինչպես երևում է աղյուսակ 21-ում ներկայացված տվյալներից, հետազոտված երկու խմբերում էլ անձնային գործոնների շարքում առավել բարձր ցուցանիշներ են ստացել մրցավարների համարձակությունն ու հուզական կայունությունը, ինչը որ շատ կարևոր է ֆուտբոլի մրցավարությունում: Բարձրակարգ մրցավարների մոտ երրորդ տեղում գերակայությունն է, անկախությունը, իսկ ցածրակարգերի մոտ՝ անզսպությունը: Այս հանգամանքը բացատրում ենք այն բանով, որ ժամանակի ընթացքում մրցավարները փորձ են ձեռք բերում, խաղադաշտում իրենց ավելի վստահ են զգում, տիրապետում են իրավիճակին և խաղի ընթացքում

թույլատրելի սահմանում իրենց են ենթարկում ֆուտբոլիստներին, մարզիչներին, նաև երկրպագուներին, ինչը թելադրում է խաղի բնույթն ու կանոնները: Իսկ ահա երիտասարդ մրցավարների մոտ թեև ղեկավարելու կարողությունը ևս պետք է զարգացած լինի, սակայն կապված այն հանգամանքի հետ, որ նրանք անփորձ են և ոչ ցանկալի չափի վճռական, հեղինակություններից ազդվելու վտանգ ունեն: Հենց սրանով է պայմանավորված այն հանգամանքը, որ նրանք ավելի անգուսպ են: Թեև անգսպության բացասական գործոնը ոչ ցածր մակարդակի է նաև բարձրակարգ մրցավարների մոտ: Երկու խմբերում բարձր ցուցանիշ է կազմել նաև շփոթականությունը, ինչը նույնպես կարևոր գործոն է մրցավարությունում հաջողության հասնելու համար:

Երկու խմբերի մրցավարների մոտ բոլոր 16 անձնային գործոններից ամենացածր ցուցանիշները գրանցվել են ազատատենչության (արմատականության) առումով: Սա նշանակում է, որ ֆուտբոլի մրցավարները թեև պետք է ունենան շփման և հաղորդակցվելու բարձր մշակույթ, սակայն նրանց մոտ վառ արտահայտված է հարաբերություններում պահպանողականությունը: Սա ևս շատ կարևոր մասնագիտական հատկանիշ է, որը պետք է զարգացած լինի մրցավարների մոտ:

Ֆուտբոլի մրցավարական գործունեության համար շատ կարևոր գործոն է ինտելեկտը: Բացի մյուս կարևոր անձնային տվյալներից, մրցավարությունում շատ կարևոր է մտածողության առանձնահատկությունները: Որքան բարձր է խաղավարի բանականությունը, այնքան նահուսալի է իր գործում:

Մեր հետազոտության արդյունքները հաստատեցին այդ փաստը: Այսպես՝ բարձրակարգ մրցավարների խմբում միջին ցուցանիշը 8.4 միավոր է: Բացի այդ, Ա խմբի 20 մրցավարներից չորսի բանականության մակարդակը ամենաբարձր սանդղակի վրա էր, և նրանք բոլորն էլ ՖԻՖԱ-ի մրցավարներ են: Ցածրակարգ մրցավարների մոտ բանականության միջին ցուցանիշը կազմել է 6,75 միավոր, որը միջին մակարդակի է:



Նկար 7. Հետազոտական Ա ($n_1=6$) և Բ ($n_2=4$) խմբերում ընդգրկված կին մրցավարների անձնային առանձնահատկությունների համեմատական տրամադր

Քանի որ մեր հետազոտական ընտրանքում ներառված էին և՛ կին, և՛ տղամարդ հետազոտվողներ, հետևաբար անձնային գործոնների վերլուծության ընթացքը պարտադրեց դիմել նաև ֆուտբոլի մրցավարների սեռային համեմատության, ինչի համար էլ ստացված նախնական հում միավորները վերածեցինք «միօրինակ տասը բաւնոց» սանդղակի:

Եվ այսպես, ըստ սեռերի՝ հետազոտական խմբերում բացահայտված բոլոր 16 գործոնների անձնային որակների համեմատական տվյալները գրաֆիկական տեսքով ներկայացված են նկարներում:

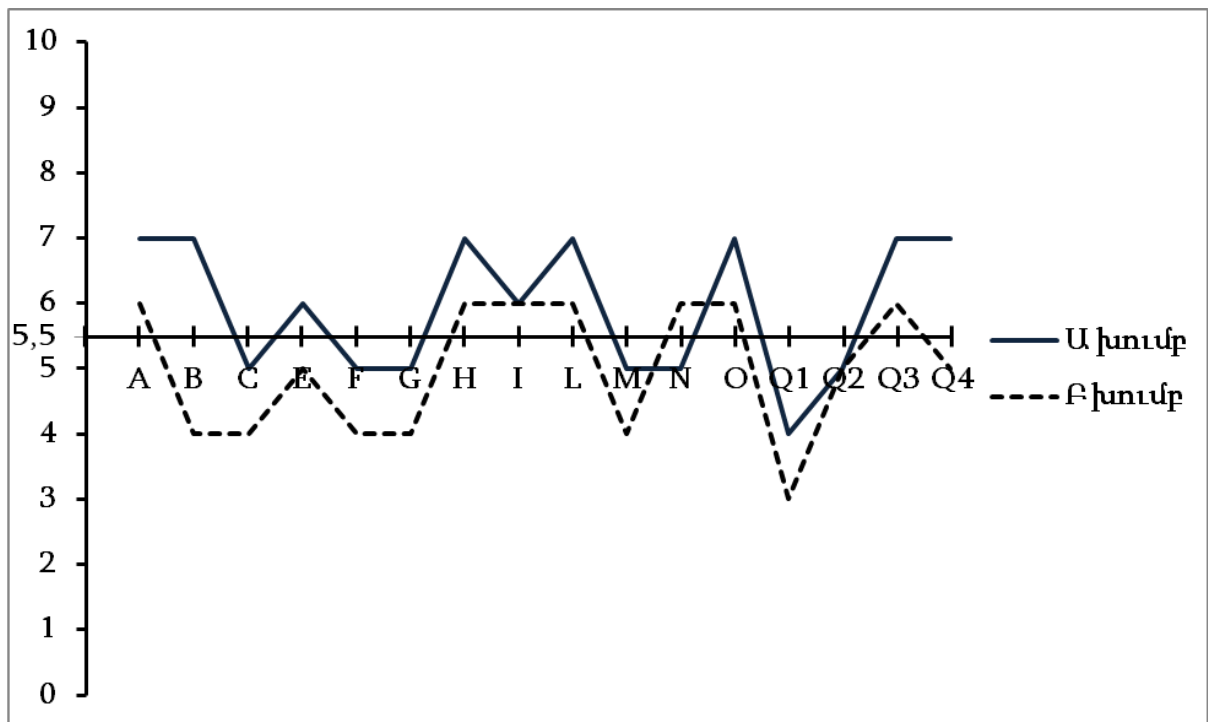
Նկար 7-ում ներկայացված ֆուտբոլի կին մրցավարների անձնային առանձնահատկություններից առանձնահատուկ ուշադրության են արժանի հատկապես երեքը (B-ն, L-ը և M-ը), որոնք որոշակիորեն արտահայտված շեղում ունեն սահմանված նորմատիվից (5,5 ցուցանիշից):

Այսպես, M՝ (Գործնականություն - Երևակայություն) գործոնի համար ստացված արդյունքները փաստում են, որ Բ խմբի կին մրցավարներն շատ ավելի գործնական են, բարեխիղճ,

անհանգստանում են, որպեսզի ճիշտ վարվեն, իրենց դրսևորեն գործիմաց կերպով: Նրանք առաջնորդվում են հնարավորություններով, կողմնորոշվում արտաքին իրողություններով և հետևում համընդհանուր նորմերին: Նրանց բնորոշ են որոշակի սահմանափակվածությունը և ավելորդ ուշադրությունը մանրուքներին: Արտակարգ (ծայրահեղ) իրավիճակներում իրենց չեն կորցնում, պահպանում են ոգու արիությունը, բայց երբեմն նաև երևակայությունը:

Հաջորդ՝ Լ (Վստահություն – Կասկածամտություն) գործունը հավասարապես արտահայտված է եղել Ա և Բ խմբերում, ինչը փաստում է, որ կին մրցավարները համառ են, հաստատակամ, չվստահող, բնութագրվում են կասկածամտությամբ, հաճախ զգուշավոր են իրենց գործողություններում, առավել հետաքրքրված են ներքին հոգեկան կյանքով, եսակենտրոն են, առանձնանում են բարձր ինքնագնահատականով, քիչ են հոգում այլ մարդկանց մասին, վատ են համագործակցում մրցավարական կազմի ներսում:

Երրորդ՝ Ե - Ինտելեկտգործունը, որը Ա խմբում արտահայտված է շատ ավելի, մատնանշում է տվյալ խմբի կին մրցավարների մտածողության վերացականությունը, բանականության գործառնությունների նվազման հազվադեպ ինտելը, նրանք արագ են ընկալում և յուրացնում ուսուցանվող նոր նյութը: Որոշակի համահարաբերակցություն կա մշակութային մակարդակի, ինչպես նաև ռեակտիվության (հակազդելու հատկության) հետ:



Նկար 8. Հետազոտական Ա ($n_1=14$) և Բ ($n_2=16$) խմբերում ընդգրկված տղամարդ մրցավարների անձնային առանձնահատկությունների համեմատական տրամադր

Ինչպես երևում է նկար 8-ում ներկայացված ֆուտբոլի տղամարդ մրցավարների անձնային առանձնահատկությունների համեմատական տվյալներից՝ հատկապես պետք է կարևորել Q_1 - Պահպանողականություն – Արմատականություն գործոնից ստացված ցուցանիշները, որոնք փաստում են, որ Ա խմբում ընդգրկված մրցավարները պահպանողական են, հարգում են սկզբունքները, համբերատար են ավանդական դժվարությունների պարագայում:

Իսկ Բ խմբում ներառված մրցավարներն ավելի շատ համոզված են այն բանի ճշմարտացիության մեջ, ինչին նրանց սովորեցրել են, և չնայած հակասություններին, ամեն ինչ ընդունում են իբրև ստուգված: Հակված են զգուշավորության և փոխզիջումների նորմարդկանց հանդեպ: Միտված են խոչընդոտել և ընդդիմանալ փոփոխություններին՝ պահպանելով գործող ավանդույթները:

Հետաքրքրության են արժանի նաև B – Ինտելեկտ գործոնից ստացված համեմատական արդյունքները, որոնք փաստում են, որ Բ խմբի տղամարդ մրցավարների բանականությունը սակավ է զարգացած, նրանց հատուկ են մտածողության կոնկրետություն և

որոշակի ռիզիկոսություն, կարող է լինել մտածողության հուզական անկազմակերպվածություն:

Իսկ Ա խմբում ներառված ֆուտբոլի տղամարդ մրցավարների բանականությունը ավելի շատ է զարգացած, առկա է վերացական մտածողություն (ուսուցողականության բարձր ընդունակություն):

Այսպիսով, հետազոտության սույն արդյունքների հիման վրա բացահայտվեց, որ մրցավարների անձնային որակները որոշակիորեն արտահայտում են նրանց որակավորման աստիճանն ու մասնագիտական փորձառության մակարդակը, և լուրջ ազդեցություն ունեն ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հաջողության համար:

5.2. Ֆուտբոլի մրցավարի մտածողության յուրահատկությունները

Ինչպես պարզվեց Ռ. Քեթթելի անձնային 16 գործոնների թեստային հետազոտությունից ստացված արդյունքներից, ֆուտբոլի մրցավարների համար բանականության բարձր մակարդակը շատ կարևոր է ընտրած մասնագիտությունում հաջողության հասնելու համար: Սակայն ֆուտբոլի մրցավարությունը շատ յուրահատուկ ոլորտ է, քանի որ առանձնանում է գործունեության ընթացքում պահանջվող մտածողության յուրօրինակ որոշումներով: Այդ իսկ պատճառով մեր հետազոտության արդյունքները ավելի ստույգ դարձնելու համար ընտրել ենք նաև մտածողության առարկայական-գործնական, ակնառու-պատկերային տեսակները, ինչպես նաև ստեղծարարության դրսևորման աստիճանը բացահայտող Գ. Վ. Ռեզակինայի «Ընտրությունը պրոֆիլային դասարաններ» թեստը [164, էջ 69-73], որը հարմարացրել ենք մրցավարներին:

Ըստ թեստի արդյունքների՝ արձանագրվեց, որ հայ մրցավարների մոտ ավելի զարգացած է բառատրամաբանական մտածողությունը: Ընդ որում ցածրակարգ մրցավարների մոտ այն ավելի բարձր է՝ 5,9 միավոր, իսկ բարձրակարգ մրցավարների մոտ 5,3 միավոր: Ի դեպ՝ 6-8 միավորը համարվում է բարձր ցուցանիշ, 3-5 միավորը՝ միջին, իսկ 0-2 միավորը՝ ցածր:

Հատկանշական է նաև, որ և՛ բարձրակարգ, և՛ ցածրակարգ մրցավարների մոտ արձանագրվել են միջին արդյունքներ: Ամենացածր արդյունքը գրանցվել է վերացական մտածողության

առու մով (Ա խմբում՝ 3.45, Բ խմբում՝ 3.8), որը բնորոշ է գիտնականներին, ֆիզիկոսներին, մաթեմատիկոսներին, տնտեսագետներին, վերլուծաբաններին, ծրագրավորողներին:

Աղյուսակ 22.

**Յետադոտական Ա և Բ խմբերում ընդգրկված մրցավարների
մտածողության տեսակները բացահայտող թեստավորման
արդյունքները**

№	Մտածողության տեսակները	Ա (n ₁ =20)	Բ (n ₂ =20)	Ցուցանիշների տարբերություն	t	p
		$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$			
1.	Առարկայական - գործնական	5.2 ± 1.2	5.2 ± 1.19	0.2	0.5	< 0.05
2.	Վերացական-նշանային	3.45 ± 1.5	3.8 ± 1.57	0.35	0.5	< 0.05
3.	Բառատրամաբանական	5.3 ± 1.68	5.9 ± 1.93	-0.6	1.5	< 0.05
4.	Ակնառու-պատկերային	4.9 ± 1.74	4.5 ± 1.82	0.4	0.7	< 0.05
5.	Ստեղծարարություն	5.25±1.37	5 ± 1.45	0.25	0.6	< 0.05

Աղյուսակում տրված արդյունքներից պարզ է դառնում, որ բացի վերացականից, մտածողության մյուս բոլոր տեսակները կարևոր են ֆուտբոլի մրցավարների համար: Հատկանշական է, որ միայն ստեղծարարության և ակնառու-պատկերային մտածողության առումով բարձրակարգ մրցավարներն ունեն առավելություն: Ստեղծարարությունը հավանաբար պայմանավորված է նրանց տարիքի, ստաժի, փորձի նաև ընդհանուր կրթության և ինքնակրթության ավելի բարձր մակարդակով: Իսկ ակնառու-պատկերային մտածողությունը ավելի շատ կապում ենք մասնագիտության հետ, քանի որ տարիների փորձն ու զգայական գիտելիքները զարգացնում են տեսապատկերային մտածողությունը: Այս հանգամանքն ավելի արտահայտված էր Ա խմբում: Մասնավորապես բարձրակարգ 20 մրցավարներից յոթի մոտ բարձր ցուցանիշներ են գրանցվել, որոնցից հինգը ՖԻՖԱ-ի մրցավարներ են:

Մեր համոզմամբ ֆուտբոլի մրցավարների մոտալեռք է բավական զարգացած լինի նաև առարկայական-գործնական մտածողությամբ: Իսկ այն հանգամանքը, որ վերացական և ակնառու-պատկերային մտածողությամբ ցածրակարգ մրցավարների մոտավելի բարձր է, քան բարձրակարգներին է, առավելապես պայմանավորում ենք այն հանգամանքով, որ 2010 թվականից հետո Հայաստանի ֆուտբոլի ֆեդերացիան (ՀՖՖ) բավական խստացրել է մրցավարների ընտրության հարցն ու կարգապահական խնդիրները:

5.3. Մրցակցային հոգեկան հուսալիության ցուցանիշները որպես ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության արդյունավետության կարևոր բաղադրիչներ

Փոփոխվող պայմաններում մարդու հուսալի գործելու անպատաստվածությամբ հանգեցնում է բացասական, հաճախ ծանր հետևանքների ինչպես իր, այնպես էլ շրջապատի համար. իջեցնում է անհատի սոցիալ-հոգեբանական հարմարվողականության ընդունակությամբ միջավայրի տվյալ պայմաններին, դառնում է կենսական ներուժի իրագործման համար լուրջ խոչընդոտ և գործունեության իրականացման արգելք:

Գործունեության հուսալիության հիմնախնդիրը անցնելով «մարդ-մեքենա» համակարգերում «հուսալիության» և «անխափան աշխատանքի հավանականության» նույնականացումից մինչև «հուսալիության»՝ որպես անձի ինտեգրալային որակ դիտարկման ճանապարհը, կարևորագույն հատկությունն դարձավ նաև սպորտում: Մարզական գործունեությանը վկայակոչող «հուսալիություն» եզրույթը մամուլում առաջին անգամ հանդիպեց 1963 թվականին, իսկ 1965 թվականի «Կիբեռնետիկա և սպորտ» [93] գիտաժողովից հետո ընդունվեց մի շարք մասնագետների կողմից (Վ. Մ. Դյաչկով, Ն. Ա. Խուդադով (1977), Ե. Գ. Կոզլով, Վ. Գ. Կոլյուխով, Ի. Ա. Գրիգորյանց (1979): 1970 թվականին Վ. Բ. Կորենբերգը հուսալիության հիմնախնդիրն անդրադառնալու առաջին փորձն արեց և այն դիտարկեց մարզական գործունեությունում, մասնավորապես՝ մարմնամարզության օրինակով [92]:

Միաժամանակ առաջատար մասնագետների կողմից առաջարկվեցին «Սպորտի հոգեկան հուսալիության հիմնախորին» վերաբերող երկու

մոտեցումներ՝ մակրո և միկրո Գ. Ս. Նիկիֆորով (1969), Ի. Մ. Մելամեդով (1970): Մակրոմոտեցմամբ մարզիկի հոլսալիությունը որոշելիս ուսումնասիրվում են նրա գործունեության կոնկրետ արդյունքները, հնարավոր են դառնում կազմել մարզական գործունեության որոշակի քանակական բնութագրերը՝ չբացայտելով մարզական գործունեության հիմքում տեղ գտած կառուցակարգերը: Այդ մեխանիզմները կարող են բացահայտվել մարդու հոգեկանի և մարմնի անմիջականորեն էքստրեմալ պայմաններում գործունեության հոլսալիության ուսումնասիրման միկրոմոտեցման ժամանակ միայն [132]:

Գրեթե կես դար անց ժամանակակից գրականությունում սպորտի հոլսալիությունը կամ մարզիկների մրցակցային գործունեությանը վերաբերվող բազմաթիվ աշխատություններ կան: Վերջին տարիներին հետազոտողների հետաքրքրությունների շրջանակում են հայտնվել նաև մրցավարները: Սակայն նշված աշխատություններում հոլսալիությունը դիտվում է ոչ թե որպես առանձին դրույթ, այլ կազմում է մանկավարժական, կենսաբանական կամ հոգեբանական ընդհանուր աշխատանքի մի մաս: Սույն աշխատանքում փորձ է արվել Վ. Է. Միլմանի՝ «Մարզիկների մրցակցային հոլսալիության» թեստի մեր կողմից վերափոխված՝ մրցավարներին հարմարեցված հարցարանի միջոցով պարզել ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հոլսալիության ընդհանուր բնութագիրը հանգիստ պայմաններում:

**Մրցավարների հոգեկան հոլսալիության թեստավորման
արդյունքները
հետազոտական Ա և Բ խմբերում**

Հոգեկան հոլսալիության բաղադրիչներ	Ա (n₁=20)	Բ (n₂=20)	d	t	p
	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$			
Հոլգական մրցակցային կայունություն	-0.95±2.52	-1.15±1.92	0.2	0.3	< 0.05
Ինքնակարգավորում	-0.5 ±1.93	-0.45±2.78	-0.05	0.1	< 0.05
Դրդապատճառային ոլորտ	2.5 ± 1.7	2.8 ± 2.26	-0.3	0.5	< 0.05
Կայունություն արգելքադիմացկունություն	1.85±0.81	1.8 ± 1.	0.05	0.2	< 0.05
Հոլսալիության գումարային	2.2 ± 2.85	2.3± 3.65	-0.1	0.7	< 0.05

արդյունք					
Սթրեսորներ	$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$	d	t	p
Ներքին անորոշության՝ ՆԱՍ	1.3 ± 1.17	1.85 ± 1.49	-0.55	1.3	< 0.05
Արտաքին անորոշության՝ ԱԱՍ	1.7 ± 1.89	2 ± 1.74	-0.3	0.5	< 0.05
Ներքին իմաստավորման՝ ՆԻՍ	1.2 ± 1	1.2 ± 1.3	0	0	< 0.05
Արտաքին իմաստավորման՝ ԱԻՍ	1.6 ± 1	1.25 ± 0.55	0.35	1.3	< 0.05

Աղյուսակ 23.

Աղյուսակ 23-ում հանգամանալի ներկայացված են հետազոտական խմբերից ստացված արդյունքները:

Հոգեկան հուսալիությունը բնորոշող 4 հիմնական գործոնների հետազոտությունից պարզ դարձավ, որ թե՛ ցածրակարգ, թե՛ բարձրակարգ մրցավարների մոտ հոգեկան հուսալիությունը գտնվում է նորմայի դրական սահմանում (նորմա՝ -3+3) և գրեթե բոլոր գործոններով երկու խմբերի հետազոտվողները հավասար պայմաններում են: Թերևս ցածրակարգ մրցավարների մոտ որոշակի առավելություն է նկատվում դրդապատճառների էներգետիկ ոլորտի առումով: Այս հանգամանքը բացատրվում է այն բանով, որ սկսնակ կամ քիչ ստաժ ունեցող մրցավարների մոտ ակնհայտ է \$ԻՖԱ-ի մրցավար դառնալու բարձր դրդապատճառայնությունը: Իսկ բարձրակարգ մրցավարներից շատերի մոտ դրդապատճառային շարժիչը կորցրել է իր ուժը, քանի որ նրանցից շատերը բաց են թողել այդ հնարավորությունը՝ հիմնականում 35 տարին լրանալու պատճառով (\$ԻՖԱ-ի մրցավար կարող են դառնալ մինչև այդ տարիքը աչքի ընկած խաղավարները) կամ տարիների ընթացքում իրենց հնարավորությունները իրապես գնահատել սովորելու կարողությամբ: Մյուս չափանիշներով գրեթե էական տարբերություն չի նկատվում: Սակայն հիմնականում դրդապատճառների էներգետիկ ոլորտում առավելության շնորհիվ, ցածրակարգ մրցավարները բարձրակարգ մրցավարների նկատմամբ ունեն հոգեկան հուսալիության 0,1 միավորի առավելություն: Սա նշանակում է, որ \$ոլտբոլի մրցավարները, անկախ իրենց կարգի ու վարած հանդիպումների մակարդակից, առանձնանում են հուսալիության համար սահմանված դրական միջին նորմայով: Որքան պատասխանատու հանդիպում է լինում, այնքան բարձր մակարդակի մրցավարի է վստահվում տվյալ հանդիպման

սպասարկումը, և գրեթե բոլոր մակարդակներում նկատվում է հուսալիության պատշաճ աստիճան:

Սթրես գործոնների հանդեպ զգայունակության դրսևորման աստիճանի գնահատման արդյունքները նույնպես ցածրակարգ մրցավարների օգտին են: Հատկապես ներքին և արտաքին անորոշության սթրեսորների առումով բարձրակարգ մրցավարների մոտ նկատվում է բացասական միտում: Այս հանգամանքը հավանաբար պայմանավորված է միջազգային հանդիպումների կամ Հայաստանի բարձրագույն խմբի առաջնության համար ոչ լիարժեք պատրաստ մրցավարների հանգամանքով: Հայ մրցավարների բարդույթավորվածությունը կրկնապատկվում է նաև միջազգային հարթակում նրանց նկատմամբ ոչ լիարժեք վստահությամբ, հատկապես 2011 թվականից հետո, երբ Հայաստանի մրցավարների խարդախությունները տարածվեցին ամբողջ աշխարհով:

Ներքին իմաստավորվածության սթրեսորները երկու խմբերում էլ բացարձակապես հավասար են արտահայտվել: Դրանք արտահայտվում են մրցավարների մտավախություններում ու կասկածներում, որոնք կապված անհրաժեշտության պահին լիարժեք դրսևորվելու, հույսերն արդարացնելու կամ հակառակը՝ հանդիպումը ձախողելու և այլ բացասական գործոնների հետ, որոնք գցում կամ բարձրացնում են սեփական ուժերի նկատմամբ վստահությունը: Իսկ արտաքին իմաստավորված սթրեսորները առավել զարգացած են բարձրակարգ մրցավարների մոտ, ինչը գտնում ենք, որ պայմանավորված է նրանց փորձի հետ:

Այսպիսով, սույն հետազոտությունը պարզեց, որ \$ուլտբոլի մրցավարներն առանձնանում են հոգեկան հուսալիության պատշաճ մակարդակով, սակայն երկու խմբերում էլ հոգեկան դիմացկունությունն ու հոգեկարգավորումը ցանկալի մակարդակ չունեն: Արտաքին և ներքին սթրես գործոնների նկատմամբ ինքնակարգավորումը նույնպես նորմայի սահմաններում է, բայց, միևնույն ժամանակ, ակնհայտ է, որ մրցավարների մոտ որքան զարգացվի սթրեսակայունությունը, այնքան նրանք ավելի հուսալի կլինեն իրենց աշխատանքում:

\$ուլտբոլի մրցավարների կարիերայի, մասնագիտական առաջխաղացման և ձեռքբերումների տեսակետից կարևորում ենք, որպեսզի մրցավարներն իրենց գործում առաջին քայլերը

կատարել ու ց հետո մինչև մասնագիտական գործունեության ավարտը մշտապես հատուկ վարժողության ներքին միջոցով զարգացնեն սեփական՝ հոգեկարգավորող և սթրեսակայունությունն ապահովող ներքին պաշարները:

5.4. Հետազոտական խմբերի միջև մրցավարի գործունեության հոլսալիությունն առաջատար հոգեբանական գործունեության համահարաբերակցական կապերի համեմատական վերլուծություն

Հետազոտության արդյունքների համահարաբերակցական կապերի վերլուծության նպատակով երկու խմբերի մրցավարների ցուցանիշներից ընտրվել են այնպիսիները, որոնք հետազոտված մյուս ցուցանիշների հանդեպ դրսևորել են համահարաբերակցական առավել հավաստի կապ: Երկու խմբերի հետազոտված մրցավարների մոտ ուժեղ արտահայտված կապեր են նկատվել 5 պատկերներ բովանդակող սլայդի տեսողական հիշողության, զգայալարժողության, անձնային առանձնահատկությունների և հոլսալիության աստիճանը որոշող սթրեսորների ցուցանիշների միջև (աղյ. 23):

	Հետազոտված ցուցանիշները	(r)	
.	Բարդ շարժողական ռեակցիա՝ ԲԾՌ	0,82	0,01
.	Շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիա՝ ԾՕՌ	0,79	0,01
.	Պարզ շարժողական ռեակցիա՝ ՊԾՌ	0,75	0,01
.	Համարձակություն	0,65	0,01
.	Ուշադրություն	0,63	0,01
.	Արտաքին անորոշության սթրեսորներ՝ ԱԱՍ	0,61	0,01
.	Ներքին անորոշության սթրեսորներ՝ ՆԱՍ	0,57	0,01

Աղյ ու սակ 24.

**Ա խմբի մրցավարների տեսողական հիշողության
ցուցանիշների համահարաբերակցական հավաստի կապերը
ուսումնասիրված հոգեբանական պարամետրի մյուս ցուցանիշ-
ների հետ(n = 20), $P < 0,01 = 0,56$**

Ըստ խմբավորված հատկանիշների՝ առավել ուժեղ արտահայտված
կապեր են արձանագրվել՝

1. Հոգեշարժիչ և հոգեկան գործընթացների շարքում՝
տեսողական հիշողությունը,
2. Անձնային գործոններից՝ համարձակությունը,
3. Մրցակցային հոգեկան հուսալիության բաղադրիչներից՝
արտաքին և ներքին անորոշության սթրեսորները (տե՛ս նկար 5.):

Բ խմբի մրցավարների մոտ նշվածներից բացի տեսողական
հիշողության հանդեպ համահարաբերակցական ուժեղ արտահայտված
կապեր են արձանագրվել նաև ներքին և արտաքին իմաստավորված
սթրեսորների, անգստություն, բանականության և
բառատրամաբանական մտածողության միջև (աղյ . 24.):

	Հետազոտված ցուցանիշները	(r)	p
	Ներքին իմաստավորված սթրեսորներ՝ ՆԻՍ	0,77	<0,01
	Արտաքին անորոշության սթրեսոր՝ ԱԱՍ	0,72	< 0,01
	Անգստություն	0,71	< 0,01
	Ուշադրություն	0,64	< 0,01
	Բանականություն	0,61	< 0,01
	Արտաքին իմաստավորված սթրեսորներ՝ ԱԻՍ	0,59	< 0,01
	Ներքին անորոշության սթրեսորներ՝ ՆԱՍ	0,56	< 0,05
	Համարձակություն	0,53	< 0,05
	Բառատրամաբանական մտածողություն	0,52	< 0,05
0	Շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիա՝ ՇՕՌ	0,51	< 0,05
	Պարզ ռեակցիա՝ ՊՌ	0,5	< 0,05

1			
---	--	--	--

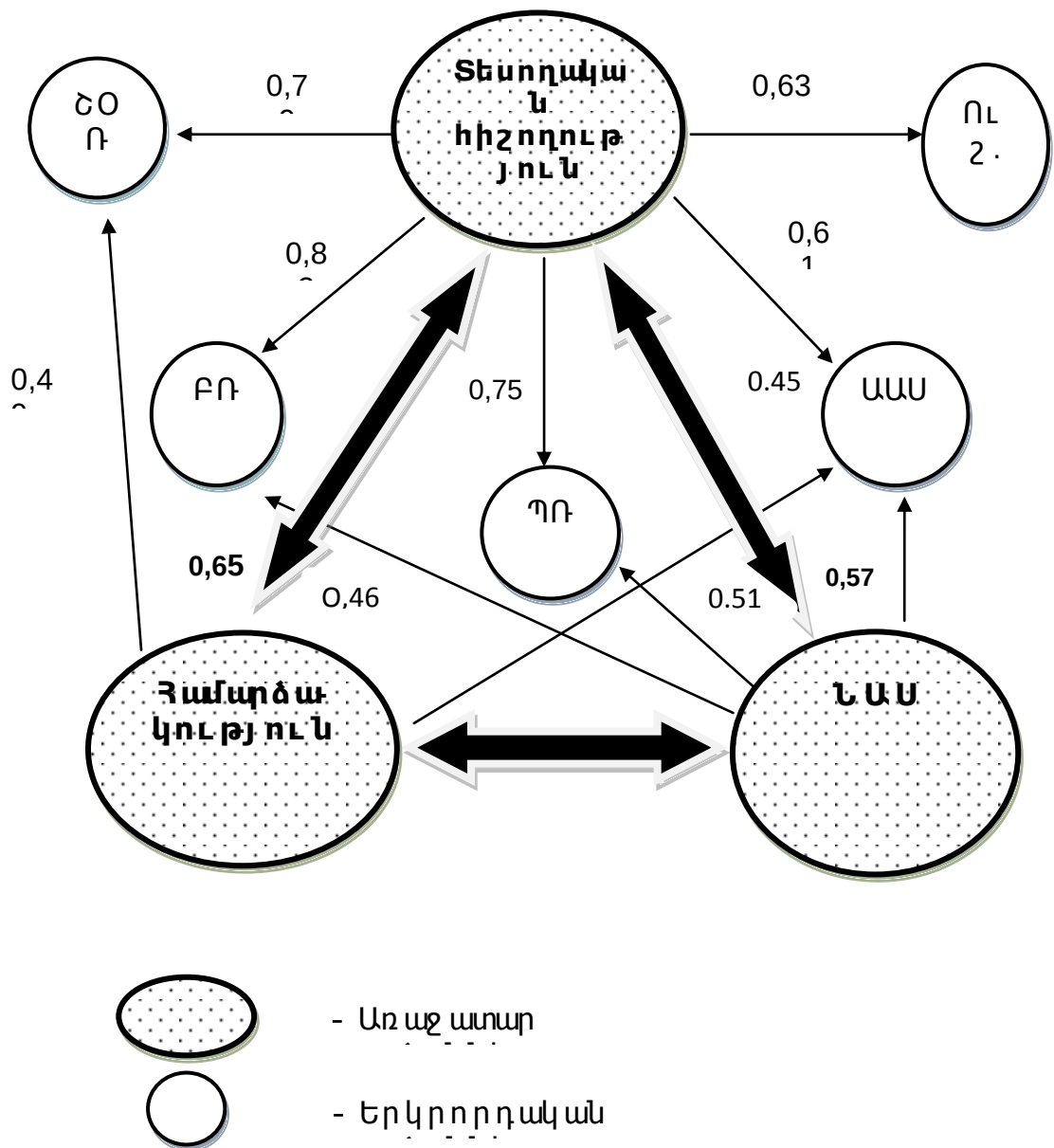
Աղյ ու սակ 25.

Բ խմբի մրցավարների տեսողական հիշողության ցուցանիշների համահարաբերակցական հավաստի կապերը ուսումնասիրված հոգեբանական պատրաստության մյ ու ս ցուցանիշների հետ ($n = 20$) $P < 0,01 = 0,56$, $P < 0,05 = 0,44$

Առանձնացված ցուցանիշները մեր կողմից դիտարկվում են որպես մրցավարի հոգեկան հուսալիության առաջատար գործոններ և կարող են հանդիսանալ որպես ֆուտբոլի մրցավարների ընտրանքի և հոգեբանական պատրաստականության վիճակի գնահատման մոդելային բնութագրեր:

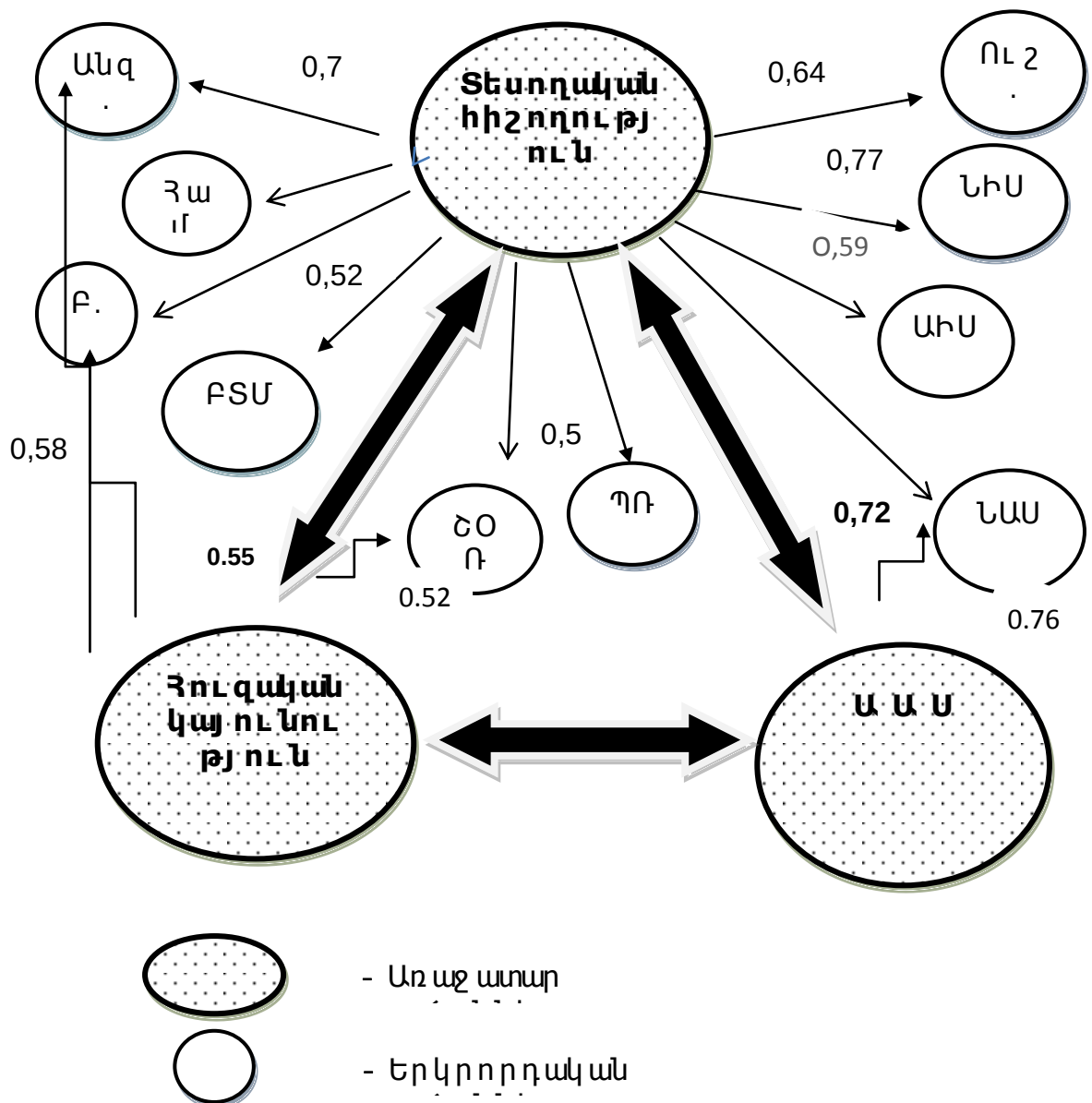
Համահարաբերակցական կապեր են արտահայտվել նաև այլ առաջատար գործոնների և հետազոտված ցուցանիշների միջև: Մասնավորապես՝ բարձրակարգ մրցավարների խմբում ներքին անորոշության սթրեսորը կապ է հաստատել արտաքին անորոշության սթրեսորների (0,57), պարզ շարժողական ռեակցիայի (0,51), բարդ շարժողական ռեակցիայի (0,45), իսկ համարձակությունը՝ շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիայի (0,49) և արտաքին անորոշության սթրեսորների (0,41) հետ:

Աղյ ու սակներում և նկարներում ներկայացված են 0,45 և ավելի բարձր կապ ունեցող ցուցանիշները:



Նկար 9. Ա խմբում ընդգրկված Ֆուլբուի մրցավարների համահարաբերակցական վերլուծության ուրվագիծը

Ցածրակարգ մրցավարների խմբում արտաքին անորոշության սթրեսորները հիմնավոր կապ են հաստատել ներքին անորոշության սթրեսորների (0,76) և միջին արտահայտված կապեր հոգեկան վիճակների կանոնավորման ընդունակության (0,44) անգսարության (0,42) հետ, իսկ հուզակայունությունը՝ համարձակության (0,58), բանականության (0,55), շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիայի (0,52), անգսարության (0,46) և ուշադրության (0,45) նկատմամբ:



Նկար 10. Բ խմբում ընդգրկված Ֆուսթոլի մրցավարների համահարաբերակցական վերլուծության ուրվագիծը

Այսպիսով՝ համահարաբերակցական կապերի միջև հետազոտությունը պարզեց, որ Ա խմբի մրցավարների համար մասնագիտական գործունեության հուսալիության առավել կարևոր գործոններ են հանդիսացել տեսողական հիշողությունը՝ որպես հոգեկան գործընթաց, համարձակությունը՝ որպես անձնային գործոն, ներքին անորոշության սթրեսորները՝ որպես մրցակցային հոգեկան հուսալիության գործոն: Իսկ Բ խմբի մրցավարների համար կարևորվել են տեսողական հիշողությունը, անձնային գործոններից՝ անգսարությունը, հոգեկան հուսալիության առումով՝ արտաքին անորոշության սթրեսորները:

Որպես առաջնային գործոնների լրացում բարձրակարգ մրցավարների խմբում կարևորվել են պարզ, բարդ և շարժվող օբյեկտի նկատմամբ ռեակցիաները, ուշադրությունը, արտաքին անորոշության սթրեսորները: Ցածրակարգ մրցավարների խմբում որպես առաջնային գործոնների լրացում կարևորվել են ներքին և արտաքին իմաստավորված սթրեսորները, ուշադրությունը, բանականությունը, բառատրամաբանական մտածողությունը, ներքին անորոշության սթրեսորները, համարձակությունը, շարժվող օբյեկտի նկատմամբ և պարզ ռեակցիաները:

Այսպիսով, ամփոփելով համահարաբերակցական վերլուծության արդյունքները, կարող ենք ասել, որ ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հուսալիության համար շատ կարևոր են հոգեկան գործընթացներն ու ընդունակությունները, մասնավորապես՝ տեսողական հիշողությունն ու ուշադրության կենտրոնացվածությունը: Անձնային գործոններից ֆուտբոլի մրցավարի մասնագիտական հաջողության համար առաջնային են հատկապես համարձակությունը, հուզական կայունությունն ու բանականությունը: Հատկանշական է, որ մրցակցային հոգեկան հուսալիությունը ֆուտբոլի մրցավարի մասնագիտական հաջողությունում մեծ դեր չունի: Սթրես գործոններից ֆուտբոլի մրցավարի կայացման վաղ փուլում կարևորվում են գրեթե բոլոր գործոնները, առավելապես արտաքին անորոշության սթրեսորները: Իսկ փորձառու մրցավարների համար առաջնային են հատկապես ներքին անորոշության սթրեսորները:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒ ԹՅՈՒՆՆԵՐ

Հետազոտության արդյունքները մեզ հնարավորություն են ընձեռում բխեցնելու հետևյալ եզրակացությունները.

1. Ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հոգեկան հուսալիությունը՝ բազմամյա մրցավարական գործունեության մեջ նախամրցումային և բուն մրցումային արտակարգ իրավիճակներում նրա՝ կայուն հոգեվիճակի և գործունեության բարձր մակարդակի անխափան ու արդյունավետ իրականացման երաշխիք է:

2 Ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հուսալիությունը գործի է ընկնում անմիջականորեն խաղից առաջ, նրա՝ գիտակցված և չգիտակցված մակարդակներում դրսևորվող ինքնակարգավորման ընդունակությամբ:

2.1. Նախամրցումային վիճակի չգիտակցված կարգավորումը ապահովվում է ֆուտբոլի մրցավարի հոգեբանական պատրաստության գործընթացում ձևավորված ավտոմատացված ծրագրերի իրագործման ճանապարհով:

2.2. Նախամրցումային վիճակների գիտակցված կարգավորումը հիմնված է մրցավարի՝ իր իսկ վարքի դրսևորումները և պատճառները վերահսկելու, պատկե-րային կերպարները նպատակաուղղված ստեղծելու, ուշադրությունը՝ ամենատարբեր օբյեկտների վրա կենտրոնացնելու և փոխադրելու, բացասական հոգեկան գրգռիչների ու գործոնների ներգործությունից շեղվելու, հուզական գրգռվածության և մկանային լարվածության վիճակի վրա ներգործելու հատուկ հնարների կիրառման ձևավորված կարողության վրա:

3. Մրցավարական գործունեության կայունությունն ու արդյունավետությունը ապահովվում է ֆուտբոլի մրցավարի հոգեկան հուսալիության բոլոր հոգեկան բաղադրիչների նպատակահարմար գույակցմամբ:

3.1. Մրցավարի գործունեության հոգեկան հուսալիության մակարդակի բարձրացումն իրականանում է նրա հոգեբանական պատրաստության գործընթացում և նախատեսում է համակարգված հոգեբանամանկավարժական ներգործությունները փոխկապակցող հետևյալ ուղղությունները. ա) մրցավարի դրդապատճառային ոլորտի ձևավորում և այդ գործընթացի հետ կապված կամային

պատրաստություն, բ) ինքնակարգավորման հնարների և վարժությունների ուսուցում, գ) մրցավարական անձնակազմի միջանձնային հարաբերությունների համակարգի և հոգեբանական մթնոլորտի լավարարում, դ) մրցավարի հոգեշարժիչ ընդունակությունների և շար-ժողական դիրքորոշումների համակարգի կատարելագործում:

4. Ֆուտբոլի մրցավարների որակավորման մակարդակի և մասնագիտական փորձառության աճին համընթաց ավելանում է նրանց վարքի բարձր նորմատիվությունը, անկախությունը ու գերակայությունը, հուզական կայունությունը, զարգանում է իդեոմոտորիկան (երևակայությունը): Ընթացքում նրանք դառնում են ավելի հաստատակամ, ուղղամիտ ու խիստ, քան նախկինում:

5. Ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության հուսալիության համար ֆիզիկական և մասնագիտական ընդունակություններից զատ գերազանցապես կարևորվում են հոգեկան գործընթացները, մասնավորապես՝ ուշադրությունն ու տեսողական հիշողությունը, ինչպես նաև անձնային գործոնները՝ հատկապես համարձակությունը, հուզական կայունությունն ու բանականությունը:

6. Ֆուտբոլի մրցավարի բարձր աշխատունակությունն ու շարժողական գործունեության արդյունավետությունը բարձրացնող հոգեկան վիճակների և գործունեության կայունությունն ապահովվում է հոգեկան բաղադրիչների կուռ համալիրով, որը ներառում է՝ ա) մրցավարի շարժողական գործունեության արդյունավետության առաջատար ընդունակությունների (զգայաշարժողական և ինտելեկտուալ), բ) արդյունավետ արգելքադիմացկուն գործունեությանը նպաստող անձնային հատկությունները (նվաճումների դրդապատճառայնությունը, հավակնությունների մակարդակը, գերակայելու ձգտումը, հոգեկան դիմացկունությունը, հուզական կայունությունը), գ) սթրեսածին գործոնների ներգործության պայմաններում հոգեկան վիճակները կարգավորելու կարողությունը:

ԱՌԱՋԱՐԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Հետազոտության արդյունքները թույլ են տալիս ձևակերպել մեթոդական մի քանի առաջարկներ, որոնք հույս կարևոր են մրցավարների համալիր պատրաստման համար, և կնպաստեն մրցավարական գործի լավարարմանը:

1. Հետազոտված մրցավարների ուսումնասիրումը ցույց տվեց, որ նրանք ունեն մշտական որակավորված հոգեբանական պատրաստության կարիք իրենց մասնագիտական զարգացման բոլոր փուլերում՝ սկսած մրցավարական գործի ընտրության, ուսումնառության և հետագա զարգացման ընթացքում: Այդ իսկ պատճառով նպատակահարմար է, որ մրցավարական դպրոցներում և ֆուտբոլի ֆեդերացիայում գրանցված մրցավարների հետ աշխատեն ֆուտբոլիստ և մրցավարական գործի լիարժեք տիրապետող հոգեբան-մասնագետներ:

2. Սպորտի հոգեբաններին խորհուրդ է տրվում ոչ միայն ուշադրություն դարձնել մրցավարների ներկա վիճակին, այլև հաշվի առնել նրանց՝ մասնագիտությունը ընտրելու դրդապատճառները, նախասիրությունները, անձնային որակները, հոգեշարժիչ ընդունակությունները, հոգեկան գործընթացներն ու հատկությունները:

3. Խորհուրդ ենք տալիս, որ մրցավարական դպրոց ընդունվողները ոչ միայն նորմատիվներ հանձնեն ֆիզիկական պատրաստությունից, այլև անցնեն հոգեբանական համապարփակ հետազոտություն, որպեսզի հոգեբանական պատրաստության տեսանկյունից նրանց հետաշխատանքը արդյունավետ ստացվի:

-այդպիսով ի հայտ կգան այն հոգեբանական խնդիրները, որոնք հաշվի առած հոգեբան-մասնագետները կաշխատեն ապագա մրցավարների հետ՝ առանձին և ընդհանուր

-մրցավարությունում շատ կարևոր է խմբային աշխատանքը, ուստի նախապես կատարված հոգեբանական հետազոտությունը թույլ կտա, հաշվի առնելով մի շարք հոգեբանական գործոններ (անձնային տվյալներ, նախասիրություններ, հոգեկան գործընթացներ ու ընդունակություններ...), ձևավորել մրցավարական խմբեր:

4. Մրցավարական երկամյա դպրոցներում խորհուրդ է տրվում մեր հետազոտության տվյալների հիման վրա վեց ամիսը մեկ իրականացնել նոր հետազոտություն՝ ուշադրություն դարձնելով

ներանց հոգեշարժողական ընդունակություններին, անձնային տվյալների լավարարմանը, սթրեսակայունության ամրապնդմանը, հոգեբանական և ընդհանուր գիտելիքների ձեռք բերմանը, մրցակցային գործունեությունում հուսալիություն բարձրացմանը:

5. Մրցավարի աշխատանքը արտակարգ, հաճախ անկանխատեսելի, գերարտակարգ իրավիճակում իրականացվող բազմամյա գործունեություն է, ուստի անհրաժեշտ է, որ մրցավարները մշտապես համագործակցեն հոգեբան-մասնագետների հետ և ստանան մշտական աջակցություն:

-հատուկ ընտրված վարժություններին միջոցով զարգացնեն ուշադրության կենտրոնացվածությունն ու փոխակերպումը, տեսողական ընդունակությունները, շարժողական ռեակցիան

-մշակեն ինքնակարգավորման մեխանիզմները

-կատարելագործեն շփման կարողությունները:

6. Մրցավարական կանոնակարգի ներկայիս պահանջները և ֆուտբոլի մրցապայքարի ժամանակակից զարգացվածությունը պարտադրում են, որ ֆուտբոլային հանդիպումներում, հատկապես շատ վիճահարույց իրավիճակները հարթելու նպատակով, մարզադաշտերում կիրառվի տեսադիտման միջոցներ: Հատկապես վիճահարույց դարպասի գրավման և 11 մետրանոց հարվածների նշանակման ժամանակ շատ դեպքերում առաջանում են դժգոհություններ մրցող թիմերի մարզիչների, ղեկավարների և ֆուտբոլասերների կողմից, որը բացասական ազդեցություն է ունենում ֆուտբոլի վարկանիշի վրա: Տեսադիտման միջոցների կիրառումը կնպաստի դժգոհությունների կանխարգելմանն ու ֆուտբոլի մրցավարների նկատմամբ վստահության բարձրացմանը:

ՕԳՏԱԳՈՐԾԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. **Աղուզու մցյան Ռ. Վ., Ամիրյան Ս. Ս., Պապյան Վ. Ռ., Գալստյան Ա. Ս. և ուրիշներ** Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը. Կոլեկտիվ մենագրություն: - Եր.: ԵՊՀ, 2009. - 164 էջ:
2. **Բաբայան Յ. Ա.** Հոգեբանական պատրաստության հիմնախնդիրները բարձր նվաճումների սպորտում. - Եր.: Հեղինակային հրատարակություն, 2007. - 121 էջ:
3. **Բաբայան Յ. Ա., Գալստյան Յ. Գ.** Հոգեկան հուսալիության ուսումնասիրության գործնական մեթոդների կիրառումը բարձր նվաճումների սպորտում / Ֆիզիկական կուլտուրայի զարգացումը առաջատար կիրառական տեխնոլոգիայի միջոցով. - Եր., 2003. - 5-6 էջ:
4. **Բաբայան Յ. Ա., Գեղամյան Վ. Ղ.** Ըմբիշի մրցակցային հոգեկան հուսալիության ձևավորման յուրահատկությունները / Միջազգային 41-րդ համաժողովի գիտական հոդվածների ժողովածու, Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտ, Եր., 2014. - էջ 72-76:
5. **Զեյնալյան Լ.** Որոշման ընդունման անձնային հոգեբանական գործոնները / «Հանրային կառավարում» գիտական հանդես (Հատուկ թողարկում) // Միջբուհական գիտաժողովի նյութերի ժողովածու, Մաս 1, 27-28 մարտի, № 3-4. - Եր.: «Տիգրան Մեծ», 2014. - էջ 281-288:
6. **Կոստանյան Ա. Յ.** Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի հոգեբանության ուրվագծեր: Ուս. ձեռնարկ ֆիզ. կուլտ. հայկ. պետ. ինստ. ուսանողների և ֆիզ. կուլտ. տեխնիկումի սովորողների համար. - Եր., 1988. - 114 էջ:
7. **Հակոբյան Ս.** Ֆուտբոլ: Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ. - Եր.: «Էդիթ Պրինտ», 2009. - 318 էջ:
8. **Հակոբյան Ս. Ս., Չափնյան Ա. Ա.** Ֆուտբոլ: Դասագիրք. - Եր.: «Էդիթ Պրինտ», 2004. - 261 էջ:
9. **Հովհաննիսյան Յ. Ռ.** Փրկարարների հոգեկան հուսալիության դրսևորման առանձնահատկությունները / Հոգեբանական գիտ. թեկ. գիտ. աստ. հայ ցման ատենախոսության սեղմագիր. - Եր., 2004. - 24 էջ:
10. **Հովհաննիսյան Ս. Վ.** Մասնագիտական գործունեության

մոդելավորման հոգեբանական հիմունքներ: Ուսումնական ձեռնարկ / ԵՊՀ: Կազմ. և գլխ. խմբագիր՝ Ս. Վ. Յովհաննիսյան. - Եր.: ԵՊՀ հրատ., 2012. - 172 էջ:

11. **Յովհաննիսյան Ս. Վ.** «Մարդու հոգեշարժողական ընդունակություններ» դասընթացի ուսումնական ծրագիր: (Մեթոդական ուղեցույց). - Եր.: ԵՊՀ հրատ., 2008. - էջ 6-7:
12. **Ղազարյան Ֆ. Գ.** Սպորտային պատրաստության հիմունքները (դասագիրք). - Եր.: «Ջոքեր» հրատ., 1993. - էջ 56-67:
13. **Ղուկասյան Յ. Ա.** Յոգեբանական պատրաստության հիմնախնդիրները մարզախաղերում / Միջազգային 41-րդ համաժողովի գիտական հոդվածների ժողովածու, Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտ, Եր., 2014. - էջ 238-241:
14. **Նարինջյան Յ. Յ.** Ֆուտբոլ. ուսումնական ձեռնարկ ՖԿ ինստիտուտի ուսանողների համար. - Եր.: «Լույս», 1972. - 237 էջ:
15. **Նարինջյան Յ. Յ.** Ֆուտբոլի մրցավարության մեթոդիկա. - Եր.: 2000. - 12 էջ:
16. «Որոշման ընդունման հոգեբանություն» (Տեսությունների վերլուծություն). Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ: Պատասխանատու խմբագիր՝ **Դ. Ռ. Յարապետյան**. - Եր.: ԵՊՀ հրատ., 2010. - էջ 5:
17. **Պարյան Վ. Ռ.** Անձի գործունեության հուսալիության ապահովման տղերանտ դրսևորումները // «Յոգեբանությունը և կյանքը» հանդես, № 1-2. - Եր.: «Չանգակ 97», 2008. - էջ 41-45:
18. Պերցեպտիվ գործընթացների հոգեբանության պրակտիկում: Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ / ԵՊՀ: Կազմ.՝ Ս. Վ. Յովհաննիսյան, Է. Վ. Ասրիյան, Դ. Ռ. Յարապետյան, Լ. Ս. Ստեփանյան, Ն. Ա. Յարությունյան, Ա. Յ. Գալստյան; խմբ.՝ Յ. Մ. Ավանեսյան: - Եր.: ԵՊՀ հրատ., 2012. - 138 էջ:
19. **Ստեփանյան Ա. Գ.** Յոգեկարգավորման հիմնախնդիրները սպորտում / Ա. Ստեփանյան. - Եր.: Յեղիկակային հրատարակություն, 2012. - 162 էջ:
20. **Абдеев А. Г.** Проблема судейства и пути повышения объективности с помощью технических средств // Олимпийский бокс сегодня: Тезисы докладов Международного научного симпозиума (Москва, 29 сентября 1989 г.), М.: ВНИИФК, 1989, с. 45-46.

21. **Аванесян Г. М.** Психологические закономерности регуляторных механизмов работоспособности человека в напряженных условиях деятельности: Автореферат дис. на соиск. уч. степ. докт. психол. наук (19.00.01) / Аванесян Грант Михайлович – Ер., 2004. – 42 с.
22. **Аксентьев А. В.** Психическая надежность в лыжном спорте / А. В. Аксентьев, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко // Лыжный спорт. Вып. 2. - М.: Фис, 1976. - с. 13-16.
23. **Алимов С. А.** Футбольный арбитр. – М.: ВНИИФК, 1970. – 72 с.
24. **Ананьев Б. Г.** Человек как предмет познания. – Л.: ЛГУ, 1968. – 340 с.
25. **Ангушев Г. И.** Исследование системного характера психической регуляции деятельности. / Автореф. дис. на соиск. уч. степ. докт. психол. наук. М., 1977. – 40 с.
26. **Бабаян А. А.** Личностные факторы психической готовности спортсмена к достижению высокого соревновательного результата (на примере тяжелой атлетики) / Дисс. на соиск. уч. степ. канд. психол. наук. – М., 1983. – 187 с.
27. **Бабаян А. А.** Современные проблемы психической подготовки высококвалифицированных спортсменов. // Материалы IX международного конгресса. / Олимпийский спорт и спорт для всех. – Киев, 2005. – 103-104 с.
28. **Батаршев А. В.** Темперамент и характер. – М.: Владос-Пресс, 2001. – 333 с.
29. **Батрова О. Ф.** Повышение соревновательной надёжности фигуристов на основе учёта их личностных характеристик: автореф. дис. на соиск. уч. степени канд. пед. наук / О. Ф. Батрова. – Малаховка, 1992. – 24 с.
30. **Береговой Г. Т., Завалова Н. Д., Ломов Б. Ф., Пономаренко В. А.** Экспериментально-психологические исследования в авиации и космонавтике. – М.: Наука, 1978. – 303 с.
31. **Блеер А. Н.** Как повысить соревновательную надёжность высококвалифицированных борцов / А. Н. Блеер, Н. А. Игуменова // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 2. – С. 53–54.
32. **Блудов Ю. М.** Экспериментальное исследование надежности некоторых психофизиологических качеств высококвалифицированных спортсменов в экстремальных условиях ответственных соревнований: автореф. дис. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / Ю. М. Блудов. – М., 1973. – 18 с.
33. **Бодров В. А.** Проблема профессиональной и функциональной надежности оператора // Психологический журнал. 1989. № 4. – С. 142-149.
34. **Бодров В. А.** Психология профессиональной деятельности // Психология XXI века: Учебник для вузов. Под ред. В. Н. Дружилина. – М.: ПЕР СЭ, 2003. – С. 801-844.

35. **Бодров В. А., Орлов В. Я.** Психология и надёжность: человек в системах управления техникой. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. – 288 с.
36. **Болотова А. К.** Роль предваряющего образа действий в дифференциации длительности движений // Психология. 1976, Вып. 16, с. 22-28.
37. **Бутовский Н. Д.** О казарменной нравственности и о внутреннем порядке в войсках (Заметки ротного командира) // Военный сборник. Спб., 1883. № 1. с. 125-138.
38. **Будогосский А. Д.** Организационно-педагогические аспекты построения процесса профессиональной подготовки футбольных арбитров начальной категории: автореф. дис. канд. пед. наук / А. Д.Будогосский, М., 2008, 26 с.
39. **Будогосский А., Турбин Е.** Физическая подготовленность и профессиональный интеллект арбитров как условия реализации возможностей диагональной системы судейства // Теория и практика футбола, 2004, № 3, с. 20-24.
40. **Венглинский Г. П.** Отбор судей по спортивной борьбе к соревнованиям высокого ранга: автореф. дис. канд. пед. наук / Г. П. Венглинский, М., 1998. - 23 с.
41. **Венда В. Ф.** Инженерная психология и синтез систем отображения информации. М.: Машиностроение, 1975. – 400 с.
42. **Венда В. Ф., Ротенберг Р. В., Улиханян Г. С.** Психологические факторы надёжности управления автомобилями и проблема общения между водителями // Психологический журнал. 1983. № 4. – С. 75-86.
43. **Веселова Е. К.** Психологическая деонтология // Автореф. дисс. докт. психол. наук. – СПб.: СПбГУ, 2003. – 38 с.
44. **Вихров К. Л.** Влияние качественного судейства на эффективность проведения воспитательного процесса // Футбольный арбитр Украины. – Киев: Спорткомитет УССР, 1986. – С. 10-22.
45. **Вихров К. Л.** Подготовка футбольного арбитра. – Киев: Здоровье, 1987. – 200 с.
46. **Вихров К. Л.** Рекомендации // Футбольный арбитр. – М.: Спорткомитет СССР, 1981. – С. 43-50.
47. **Вихров К.Л.** Соревнования по футболу. – Киев.: Здоровье, 1981. – 112 с.
48. **Вихров К. Л.** Факторы и педагогические средства повышения качества и надёжности судейства соревнований по футболу: автореф. дис. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / К. Л. Вихров. – Киев: КГИФК, 1986. – 24 с.
49. **Воловикова М. И.** Нравственные проблемы в психологии // Мат-лы IV Всеросс. съезда РПО. 18-21 сент. 2007г.: В 3т. – М. – Ростов н/Д.: Изд-во «Кредо», 2007. – Т.1. – С. 192.
50. **Воронов А. И.** Методика повышения надёжности технико-тактических действий

- в спортивной борьбе: автореф. дис. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / А. И. Воронов. – М., 1990 – 24 с.
51. **Гавердовский Ю. К.** Техника упражнений и проблемы судейства в спортивной гимнастике // «Юбилейный сборник научно-методических трудов» сотрудников кафедры, посвященный 70-летию со дня ее основания, М., 2002, с. 33-46.
 52. **Гагаева, Г. М.** Психология футбола / Г. М. Гагаева. – М. : ФиС, 1969. – 215 с.
 53. **Гогунов Е. Н., Мартьянов Б. И.** Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений, М.: Издательский центр «Академия», 2000, 288 с.
 54. **Горбачева А. И.** Изучение психического напряжения у судей во время проведения игр по волейболу // Психофизиология спортивных и трудовых способностей человека. – Л., 1974. – С. 70-80.
 55. **Горбачева А. И.** Некоторые социально-психологические аспекты судейства игры в волейбол // Психологические основы физического воспитания и спорта. – Л., 1972. – С. 118-126.
 56. **Горбачев А. И.** Факторы обуславливающие успешность деятельности судьи в условиях соревнований (на примере волейбола): автореф. дисс. канд. пед. наук. – Л., 1976. – 18 с.
 57. **Горбачев А. И., Ильин Е. П.** К обоснованию мотивов занятий судейством // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. - Л., 1975. - С. 42-47.
 58. **Григорьянц И. А.** Анализ отказов в спортивной гимнастике как фактора снижения надежности деятельности спортсменов / И. А. Григорьянц, В. Г. Колухов, Э. И. Михайлова // Психологические факторы надежности в деятельности спортсмена. – Вып. 1. – М.: ВНИИФК, 1977. – С. 20–22.
 59. **Давыдов М. А.** Отбор и специальная физическая подготовка судей спортивных игр: автореф. дис. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук, Минск, 1988, 19 с.
 60. **Данилина Л. Н., Плахтиенко В. А.** Проблема психической надежности в спорте: Учеб. пособ. для ин-тов физ. культ. – М.: ГЦОЛИФК, 1980. – 56 с.
 61. **Данилов К.** Методология объективизации судейства соревнований в олимпийских дисциплинах фристайла // Наука в олимпийском спорте. 2000. № 1. с. 43-52.
 62. **Дикая Л. Г., Семикин В. В.** Типы психической саморегуляции и успешность деятельности в экстремальных условиях / XVI Научные Гагаринские чтения по космонавтике и авиации. – М.: ИМБП МЗ СССР-ИП АН СССР, 1989. – С. 22-23.
 63. **Дмитриев А. В.** Некоторые психологические показатели надежности деятельности боксеров в связи с их манерой боя / А. В. Дмитриев, Н. А. Худадов // Психологические факторы надежности деятельности спортсмена. – М.: ВНИИФК,

1977. – С. 17–21.

64. **Дулин А. Л., Худяев Н. А.** Психолого-педагогические аспекты проблемы судейства в спорте // Теория и практика физической культуры. 1984. № 3. – С. 48-50.
65. **Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А., Пономаренко В. А.** Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. Психологический аспект. – Минск: Изд-во Университетское, 1985. – 206 с.
66. **Дьячков В. М., Ратов И. П.** Педагогические основы теории надежности технической подготовки спортсменов высших разрядов // Тезисы итоговой конференции ВНИИФКа. – М.: 1973. – С. 41-44.
67. **Дьячков В. М., Худяков Н. А.** Проблемы технического мастерства как фактора надежности деятельности спортсмена. – М., 1977, вып. 1, – С. 21-29.
68. **Завалова Н. Д., Лапа А. В., Пономаренко В. А.** Методологические вопросы анализа познавательных процессов оператора в критических ситуациях / Вопросы кибернетики. Проблемы измерения психических характеристик человека в познавательных процессах. – М.: Наука, 1980. – С. 132-148.
69. **Завалова Н. Д., Пономаренко В. А.** О методологических основах изучения ошибочных действий человека, управляющего летательным аппаратом / Деятельность космонавта в полете и повышение ее эффективности. Под ред. Г. Т. Берегового и Л. С. Хачатурянца. – М.: Машиностроение, 1981. – С. 100-116.
70. **Завалова Н. Д., Пономаренко В. А.** Психические состояния человека в особых условиях деятельности // Психологический журнал, 1983. № 6. – С. 92-105.
71. **Зараковский Г. М.** Психофизиологический анализ трудовой деятельности. – М.: Наука, 1966. – 138 с.
72. **Зараковский Г. М., Магазанник В. Д.** Психологические критерии сложности процесса принятия решения человеком-оператором / Методология инженерной психологии, психология труда и управления. Отв. ред. Б. Ф. Ломов и В. Ф. Венда. – М.: Наука, 1981. – С. 63-78.
73. **Зараковский Г. М., Медведев В. И.** Классификация ошибок оператора. // Техническая эстетика. 1971. № 10. С. 49-50.
74. **Зараковский Г. М., Медведев В. И.** Психолого-физиологическое содержание деятельности операторов / Инженерная психология: теория, методология, практическое применение. М.: Наука, 1977. – С. 101-118.
75. **Зинченко В. П., Майзель Н. И., Назаров А. И., Цветков А. А.** Анализ деятельности человека-оператора / Инженерная психология. Под ред. А. Н. Леонтьева, В. П. Зинченко, Д. Ю. Панова. М.: МГУ, 1964 – С. 120-137.

76. **Зуев В. Н.** Управление системой спортивного соревнования: автореф. дис. д-ра пед. наук / В. Н. Зуев, Омск, 1999, 55 с.
77. **Ильин Е. П.** Психология индивидуальных различий. – СПб: Питер, 2004, – 700 с.
78. **Ильин Е. П.** Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – С. 326-333.
79. **Калимулин И. А.** Методика объективизации судейства в боксе: автореф. дис. канд. пед. наук / И. А. Калимулин, СПб, 1995, – 25 с.
80. **Капустина А. Н.** Многофакторная личностная методика Р. Кеттела. – М: Речь, 2001. – 99 с.
81. **Карпов А. В.** Психология принятия решений в профессиональной деятельности. – Ярославль: ЯрГУ, 1991. – 153 с.
82. **Карпов А. В., Шадриков В. Д.** Системная регуляция точности и скорости деятельности в условиях информационного дефицита / Проблемы системогенеза деятельности. – Ярославль: ЯрГУ, 1980. – С. 32-55.
83. **Келлер В. С., Платонов В. М.** Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. – Львов: Українська Спортивна Асоціація, 1993. – 269 с.
84. **Китаев-Смык Л. А.** Психология стресса. М.: Изд. «Наука», 1983. – 368 с.
85. **Климов Е. А.** Введение в психологию труда: Учебник для вузов. – М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1998. - 350 с.
86. **Козлов Е. Г.** Психофизиологические факторы соревновательной надежности в спортивной гимнастике / Е. Г. Козлов, В. Г. Колюхов. – Малаховка: МОГИФК, 1977. – 121с.
87. **Козлов Е. Г., Колюхов В. Г., Григорьянц И. А.** Проблемы соревновательной надежности в спорте. – М.: МОГИФК, 1979. – 42 с.
88. **Кокс Т.** Стресс. – М.: Медицина, 1981. – 216 с.
89. **Конзаг Дж.** Психологические проблемы спортивного соревнования. // «Спорт за рубежом». № 12, 1977. – С. 16.
90. **Конопкин О. А.** Психологические механизмы регуляции деятельности. – М.: Наука, 1980. – 256 с.
91. Конфуций. Афоризмы мудрости. Иллюстр. энцикл. изд. / Под ред. В. П. Бутромеева, В. В. Бутромеева, Н. В. Бутромеева. – М.: Белый город, 2007. – 448 с.
92. **Коренберг В. Б.** Надежность исполнения в гимнастике. – М.: «ФиС», 1970. - 182 с.
93. **Коренберг В. Б.** Надёжность решения двигательных задач // Теория и практика физической культуры. – М.: «ФиС», 1997, № 10, – С. 18-23.
94. **Корнилова Т. В.** Диагностика мотивации и готовности к риску (монография). –

- М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1997. – 232 с.
95. **Корнилова Т. В.** Методологические проблемы психологии принятия решений // Психологический журнал, том 26, № 1, 2005. – С. 7-17.
96. **Корнилова Т. В.** Мотивационная регуляция принятия решений: современные представления. // Современная психология мотивации / Под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С. 172-213.
97. **Корнилова Т. В.** Психология риска и принятия решений: Учебное пособие для вузов. – М.: «Аспект Пресс», 2003. – 286 с.
98. **Котик М. А.** Психология и безопасность / М. А. Котик. 3-е изд. – Таллин: Валгус, 1989. – 448 с.
99. **Котик М. А., Емельянов А. М.** Ошибки управления. - Таллин: Валгус, 1985. 390 с.
100. **Котик М. А., Емельянов А. М.** Природа ошибок человека-оператора. – М.: Транспорт, 1993. – 252 с.
101. **Крылов А. А.** Концепция «включения» / Методология исследований по инженерной психологии и психологии труда. Ч. 2. – Л.: ЛГУ, 1975. – С. 18-32.
102. **Крук В. М.** Психология надёжности специалиста: История и современность // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки», № 3. – М.: Изд. МГОУ, 2010. – С. 181-189.
103. **Кудряшов Ю. Г.** Исследование факторов, определяющих надежность выполнения выстрела в спортивной стрельбе из винтовки: автореф. дис. на соис. уч. степ. канд. пед. наук / Ю. Г. Кудряшов. – М., 1978. – 21 с.
104. **Кудряшов Ю. Г.** Некоторые психомоторные факторы, способствующие повышению надежности выполнения выстрела / Ю. Г. Кудряшов, А. Я. Корх, А. В. Родионов // Психологические факторы надежности деятельности спортсмена. – Вып. 1. – М.: ВНИИФК, 1977. – С. 23–28.
105. **Кузьмин М. А.** Психологические факторы успешности судейской деятельности в футболе // Психологические основы педагогической деятельности. Материалы 29-й научной конференции СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2002. – С. 51-54.
106. **Кузьмин М. А.** Психологические факторы судейской деятельности в футболе: автореф. дис. на соис. уч. степ. канд. психол. наук (13.00.04) / Кузьмин Максим Александрович – СПб., 2004. – 16 с.
107. **Кунат П.** Проблема нагрузки с точки зрения психолога спорта. // Психология и современный спорт / Сб. науч. работ. – М.: ФиС, 1973. – С. 319-324.
108. **Кунат П., Мюллер З.** Спортивная психология в ГДР. // «Спорт за рубежом». №

- 1, 1975. – С. 15.
109. **Курдюков А. Б.** Построение процесса начальной профессиональной подготовки судей по волейболу: автореф. дис. канд. пед. наук, Краснодар, 2004, 22 с.
110. **Лазурский А. Ф.** Очерк науки о характерах. – М., 1995. – 271 с.
111. **Латышов Н. Г.** Практикум футбольного арбитра // ФиС., 1977. – 207 с.
112. **Левитов Н. Д.** О психических состояниях человека. М.: Просвещение, 1964. 344с.
113. **Леонтьев А. Н.** Деятельность, сознание, личность. М.: «Политиздат», 1975. 304 с.
114. **Лефрансуа Г.** Прикладная педагогическая психология. (Проект «Главный учебник»). – СПб.: «прайм ЕВРОЗНАК», 2005. – 416 с.
115. **Липатов В. Г.** Изменения и дополнения в Правилах игры 2001 г. // Теория и практика футбола, 2001, № 4, с. 18-21.
116. **Ломов Б. Ф.** Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии / Б. Ф. Ломов. - М. : Педагогика, 1991. - 296 с.
117. **Ломов Б. Ф.** Деятельность оператора в системе «человек-машина» / Основы инженерной психологии. Под. ред. Б. Ф. Ломова. М.: Высшая школа. 1986. - с. 169-196.
118. **Ломов Б. Ф.** Методологические и теоретические проблемы психологии. - М.: Наука. 1984. – 444 с.
119. **Ломов Б. Ф.** Человек и техника / Изд-е 2-е. – М.: Советское радио, 1966. – 464 с.
120. **Ломов Б. Ф.** О системном подходе в психологии // Вопросы психологии, № 2. – М., 1975. – С. 31-45.
121. **Ломов Б. Ф.** Системный подход и система детерминизма в психологии // Психологический журнал. № 4. – М.: Изд. "Институт психологии РАН", 1989. – С. 19-33.
122. **Ломов Б. Ф., Забродин Ю. М.** Психологические проблемы деятельности в особых условиях. - М.: Наука, 1985. – 232 с.
123. **Ломов Б. Ф., Мясников В. И.** Медико-психологические аспекты профессиональной надежности космонавта // Психологический журнал, № 6. – М.: Изд. "Институт психологии РАН", 1988. – С. 65-72.
124. **Марищук В. Л.** Методики психодиагностики в спорте. – М: Просвещение, 1984. – 190 с.
125. **Марищук В. Л.** Психодиагностика в спорте: учеб. пособие для вузов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, Л. К. Серова. – М.: Просвещение, 2005. – 349 с.
126. **Маркосян А. А.** Основы морфологии и физиологии организма детей и

- подростков. – М.: Медицина, 1969. – С. 225.
127. **Маркосян А. А.** Надежность физиологической системы и онтогенез / Молекулярные и функциональные основы онтогенеза. – М.: Медицина, 1970. – С. 224-234.
128. **Медведев В. И.** Психологические реакции человека в экстремальных условиях / Экологическая физиология человека. Адаптация человека к экстремальным условиям среды. – М.: Наука, 1979. – С. 525-570.
129. **Медведев В. И.** Устойчивость физиологических и психических функций человека при действии экстремальных факторов. – Л.: Наука, 1982. – 104 с.
130. **Медведев В. И., Леонова А. Б.** Функциональные состояния человека / Физиология трудовой деятельности. – СПб.: Наука, 1993. – С. 25-61.
131. **Мерлин В. С.** Системный подход к онтогенезу интегральной индивидуальности. // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981. – С. 87-106.
132. Методы психодиагностики надежности спортсмена / Сост. **Л. Н. Данилина, В. А. Плахтиенко**; Гос. центр. ин-т физ. культуры. – М., 1980. – 42 с.
133. **Мильман В. Э.** Психическая надежность спортсменов / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко, Л. К. Серова // Методики психодиагностики в спорте. – М.: Просвещение, 1990. – С. 123-125.
134. **Мильман В. Э.** Структура и методика составления модельных психологических характеристик, относящихся к психической надёжности спортсменов. – М.: «ФиС», 1976. – 46 с.
135. **Мильман В. Э., Худадов Н. А.** Характеристика и пути повышения некоторых показателей психической надежности // Тезисы докл. Всесоюз. конф. по психологии спорта. М., 1976, с. 45-47.
136. **Митин Е. А.** Психолого-педагогический подход к диагностике и коррекции соревновательной надежности в командных видах спортивных игр // Теория и практика физической культуры, М., № 9, 2006, с. 45-48.
137. **Мяконьков В. Б., Николаев А. Н.** Профессионально важные качества судей премьер-лиги по футболу и методики их изучения. // Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. - М.: № 7, 2003. – С. 60-63.
138. **Небилицын В. Д.** К изучению надежности работы оператора в автоматизированных системах // Вопросы психологии. 1961. № 6. – С. 9-18.
139. **Небилицын В. Д.** Надежность работы оператора в сложной системе управления / Инженерная психология. Под. ред. А. Н. Леонтьева, В. П. Зинченко, Д. Ю.

- Панова. – М.: МГУ, 1964. – С. 358-367.
140. **Некрасов В. П., Худадов Н. А., Пиккенхайн Л., Фрестер Р.** Психорегуляция в подготовке спортсменов. / Под ред. В. П. Некрасова. – М.: ФиС, 1985. – 176 с.
141. **Никифоров Г. С.** Механизмы надежности человека / Проблемы индустриальной психологии. Под ред. А. А. Крылова, В. Д. Шадрикова. – Ярославль: ЯрГУ, 1976. – С. 84-93.
142. **Никифоров Г. С.** Надежность профессиональной деятельности // Психология. Учебник под ред. А.А. Крылова. – Изд-во «Проспект», 2005. – С. 430-439.
143. **Никифоров Г. С.** Самоконтроль как механизм надежности человека-оператора. – Л.: Изд.-во ЛГУ, 1977. – 112 с.
144. **Новиков А. А., Волков Н. К., Сиротин О. А., Худадов Н. А.** Психофизиологические показатели надежности деятельности борцов // Психологические факторы надежности деятельности спортсмена, Вып. 1, М.: ВНИИФК, 1977, с. 35–37.
145. **Ожегов С. И.** Словарь русского языка. – М: Русский язык, 1986. – 797 с.
146. **Озеров В. П.** Психомоторные способности человека. – Дубна: Феникс+, 2002. – 320 с.
147. **Парванов Б., Илипов Л., Аджаров Г.** Футбольный арбитр. – М.: ВНИИФК, 1985. – 51 с.
148. **Петров В. Д., Абдула А. Б., Петров В. Д.** Физическая подготовка футбольных арбитров. – Харьков, 2006. – 96 с.
149. **Петров Л. Н.** Оценка качества судейства в гимнастике // Теория и практика физической культуры, 1991, № 12, с. 40-42.
150. **Платонов В. Н.** Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
151. **Платонов К. К.** Психология летного труда. – М.: Воениздат, 1960. – 352 с.
152. **Платонов К. К.** Вопросы психологии труда. – М.: Медгиз, 1970. – 264 с.
153. **Плахтиенко В. А.** Надежность в спорте / В. А. Плахтиенко, Ю. М. Блудов. – М.: ФиС, 1983. – 176 с.
154. **Плахтиенко В. А.** Психологические основы повышения надежности спортивной деятельности. / Автореф. дис. на соис. уч. степ. докт. психол. наук. - Л.: 1982. 44с.
155. **Плахтиенко В. А., Блудов Ю. М.** Надежность в спорте, М., 1985, с. 78.
156. Психология. Словарь / Сост. Л. А. Карпенко. Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. - М.: Политиздат, 1990 – 494 с.

157. **Пономаренко В. А., Лапа В. В.** Профессия-летчик: психологические аспекты. – М.: Воениздат, 1985. – 136 с.
158. Психологический словарь / Под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. -М.: Педагогика, 1983. – 448 с.
159. Психология спорта высших достижений: Учеб. пособие для ин-тов физ. культ. / Под ред. **А. В. Радионова**. – М.: ФиС., 1979. – 144 с.
160. Психофизиологические показатели надежности деятельности борцов / А. А. Новиков, Н. К. Волков, О. А. Сиротин, Н. А. Худадов // Психологические факторы надежности деятельности спортсмена. – Вып. 1. – М.: ВНИИФК, 1977. – С. 35–37.
161. **Първанов Б., Такев Ал., Аджаров Г.** Исследование деятельности футбольных судей // Материалы научной конференции психологов спорта социалистических стран. Симпозиум IV. Психологические вопросы обучения, спортивной тренировки и соревнований. – М., 1970. – С. 22–25.
162. **Радионов А. В., Сопов В. Ф., Непопалов В. Н. и др.** Психология физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. А. В. Радионова. – М.: Изд. центр «Академия», 2010, – 368 с.
163. **Райгородский Д. Я.** Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Изд. Дом БАХРАХ-М, 2000 – 672 с.
164. **Резапкина Г. В.** Отбор в профильные классы. – М.: Генезис, 2005. – 124 с.
165. **Рождественская В. И.** Индивидуальные различия работоспособности: Психофизиол. исслед. работоспособности в условиях монотон. деятельности. – М.: Педагогика, 1980. – 151 с.
166. **Рубинштейн С. Л.** Бытие и сознание. - М.: Учпедгиз, 1957. - С. 308.
167. **Рубинштейн С. Л.** Человек и мир // Бытие и сознание. Человек и мир. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
168. **Рудик П. А.** Психотехнические испытания спорт-судей // Физическая культура в научно-практическом освещении. 1928. № 3. – С.33-35.
169. **Сингина Н. Ф.** Некоторые аспекты повышения объективности судейства в спортивных танцах // Спортивные танцы, Бюл, № 4 (3), 1999, с. 53-55.
170. **Сингина Н. Ф.** Профессиональное образование спортивных судей как новое направление в системе высшего физкультурного образования // Теория и практика физической культуры, 2004, № 4, с. 37-38.
171. Словарь церковно-славянского и русского языка. - СПб.: Императорская академия наук, Т. II: 3-Н, 1847. – С. 361.

172. **Смирнов Ю. И., Зулаев И. И.** Методы оценки и контроля соревновательной надёжности спортсмена: Учебное пособие, М.: МГАФК, 1995, 186 с.
173. **Соколов В. С.** Некоторые аспекты надёжности боксеров высокого класса и педагогические методы ее совершенствования: автореф. дис. на соиск. уч. степ. канд. пед. наук / В. С. Соколов. – М., 1977. – 19 с.
174. **Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В.** Футбол. Киев: Олімпійська література, 2005 – 294 с.
175. **Сопов В. Ф., Голоха И. В., Глухова И. И.** Исследование «синдрома болевого финиша» // Психологическое обеспечение подготовки спортсменов: сборник науч. трудов. – Алма-Ата: КазИФК, 1987. – 135 с.
176. **Стрижов Е. Ю.** Моральные и универсальные ценности в системе нравственной надёжности личности. – Вестник ТГПУ, Выпуск 1 (79), 2009. – С. 84-88.
177. **Стрижов Е. Ю.** Нравственная надёжность сотрудника как психологическая проблема // Мат-лы IV Всеросс. съезда Росс. психол. об-ва. 18–21 сент. 2007 г.: Т. 3. – М., Ростов н/Д.: Кредо, 2007. – С. 191-192.
178. **Ступень М. П.** Технология изучения качества судейства в видах спорта с субъективной оценкой соревновательных действий // Ученые записки: сборник рецензируемых научных трудов, Минск, 2003, Вып. 7, с. 39-47.
179. **Суворов А. В.** Наука побеждать. – М.: Воениздат, 1980. – 40 с.
180. **Сучилин А. А.** Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола, Волгоград, 1997. – 237 с.
181. **Тишина Л. Н.** Пути повышения надёжности спортивных выступлений прыгунов в воду / Л. Н. Тишина // Психологические факторы надёжности деятельности спортсмена. – Вып. 1. – М.: ВНИИФК, 1977. – С. 44–48.
182. Теория организации (Серия «Учебное пособие») / **Т. Ю. Иванова, В. И. Приходько.** – СПб.: Питер, 2004. - 269 с.
183. **Трофимов А. И.** Критерии оценки и методика подготовки судей по дзюдо: автореф. дис. канд. пед. наук / А. И. Трофимов. РГАФК, М., 2002, 25 с.
184. **Турбин Е.** Выбор позиции и направления перемещения арбитрами в ходе игры // Теория и практика футбола, 2004, № 2, с. 14-18.
185. **Турбин Е. А.** Формирование специальных навыков футбольных арбитров начальной подготовки: автореф. на соиск. науч. степ. канд. пед. наук / Е. А. Турбин. – Малаховка. – 2009. – 24 с.
186. **Тюленьков С. Ю.** Теоретико-методические аспекты управления подготовкой высококвалифицированных футболистов: автореф. дис. на соиск. уч. степ. док. пед. наук / С. Ю. Тюленьков, М., 1996. – 54 с.

187. **Худадов Н. А.** Психологические факторы надёжности спортсменов // Психология спорта высших достижений, М.: «ФиС», 1979, с. 122-125.
188. **Хусаинов С.** Актуальные вопросы подготовки профессиональных арбитров в футболе // Теория и практика футбола, 2001, № 1, с. 21 -23.
189. **Цукерман М. И.** Деятельность в соревновательном процессе и методика подготовки судьи по волейболу: автореф. дис. канд. пед. наук / М. И. Цукерман, М.: РГАФК, 2003, 21 с.
190. Человеческий фактор: Эргономическое проектирование деятельности и систем / Дж. О'Брайен, Х. Ван Котт, Дж. Векер и др.; Под ред. А. И. Назарова. Т. 4. - М. «Мир», 1991. - 496 с.
191. **Черникова О. А.** Соперничество, риск, самообладание в спорте. М.: ФиС, 1980. – 104 с.
192. **Шадриков В. Д.** Деятельность и способности. – М.: Изд. «Логос», 1994. – 318с.
193. **Шадриков В. Д.** Проблемы системогенеза профессиональной деятельности. – М.: Наука, 1982. – 185 с.
194. **Шамардин А. И.** Оптимизация функциональной подготовленности футболистов: Монография, Волгоград: ВГАФК, 2000. – 276 с.
195. **Babayan H. A.** Methods of psughoregulation in modern sports. – Bangalore, India, 1990. – 45 p.
196. **Gregory R.L.** Pfcrcptual illusions and brain models. Royal Society, 1968, Pp. 24-36.
197. **Hull J. G., Van Treuren R. R., Propsom P. M.** Attributional style and the components of hardiness // Personality and Social Psychology Bulletin. 1988. Vol. 14. – Pp. 505-513.
198. **Leibowitz H., Brislin R., Perlmutter L., Henessy R.** Ponzio perspective illusion as a manifestation of space perception. Science, 1966. - S. 120-132.
199. **Moray N.** Error Reduction as a System Problem / In: Human Error in Medicine. M. S. Bogner (Ed.). Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, Hillsdale. – New Jersey, 1994. – Pp. 67-91.
200. **Nakanishi N.,** Long working hours and risk for hypertension in Japanese male white color workers / N. Nakanishi, H. Joshida, K. Nagano // Epidemiol. – Community-Health. – 2001 (5). – P. 316–322.
201. **Norman D. A.** Categorization of action slips // Psychological Review. 1986. Vol. 88, № 1. – Pp. 1-15.
202. **Norman D. A.** The psychology of everyday things. – N. Y., Basic Books. 1988. – 257 pp.
203. **Peterson C., Seligman M. E. F.** Explanatory style and illness // Journal of

- Personality. 1987. Vol. 55. – Pp. 237-265.
204. **Reason J. T.** Human error. - N. Y. Cambridge University Press. 1990. – 302 pp.
205. **Vanajev G.** The management of training of boxers of high quality depends of the psychological state, Russia: Moscow, 1992, p. 40-41.
206. **Zern D.** The attitudes of present and future teachers about the teaching of values (in general) and of certain values (in particular). Journal of Genetic Psychology. 158 (4). - Taylor & Francis, Philadelphia, PA, ETATS-UNIS, 1997. – Pp. 505-507.
207. Մրցավարների դասընթաց, Հայաստանի ֆուտբոլի ֆեդերացիա // <http://www.ffa.am/hy/Referees-course>
208. **Безрукова В. С.** Основы духовной культуры (энциклопедический словарь педагога). – Екатеринбург, 2000. – 937 с. // <http://didacts.ru/dictionary/1010/word/nadezhnost>
209. Мяконьков В. Б., Николаев А. Н. 2003 // <http://lib.sportedu.ru/press/TPFK/2003N7/p60-63.htm>
210. Конвенция УЕФА по вопросам подготовки судей и организации работы в национальных федерациях // http://www.kff.kz/rus/Sudeiskaya_konvenciya_UEFA
211. **Янчиков В. Н.** Многоуровневое психологическое моделирование // <http://www.mikbit.ru/model.php>

ՀԱՎԵԼՎԱՆ

**ՖՈՒՏԲՈՒԻ ՄՐՑԱՎԱՐԻ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԵՎ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ
ՊԱՏԿԵՐԱՑՈՒ ՄԼԵՐԸ ԲԱՅԱՅ ԱՅՏՈՂ ՀԱՐՑԱԹԵՐԹ**

Ա.Ա. Հ.-----

Տարիքը, սեռը-----

Կրթությունը, մասնագիտությունը-----

Որակավորումը՝ մարզական-----մրցավարական-----

Հրահանգ: Ձեզ են առաջարկվում ֆուտբոլի մրցավարի գործունեության արդյունավետությունը պայմանավորող գործոնների վերաբերյալ 18 հարցեր: Խնդրում ենք Ձեզ՝ մանրակրկիտ պատասխանել յուրաքանչյուր հարցին, ըստ միավորների նշել կոնկրետ հարցերի կարևորության աստիճանը, իսկ եթե ցանկին ունեք լրացումներ՝ ըստ պահանջի խնդրում ենք գրել բաց թողնված տեղերում:

Կանխավ շնորհակալ ու թյուր ենք հայտնում:

1. Մրցավարական գործն ընտրել ու Ձեր դրդապատճառներն են.

- սերը ֆուտբոլի նկատմամբ,
- արդարություն պահպանումը ֆուտբոլային մրցապայքարում,
- մրցակցային իրավիճակների ճիշտ գնահատում և մեկնաբանում,
- ֆուտբոլային մրցապայքարի արդյունավետ ու արդար ընթացքին նպաստել ու ցանկություն:

2. Սարքավորված ե՞ք, ի՞նչ մարզաձև (եր)-ով, քանի՞ տարի.

_____:

3. Մրցավարությունը համարում եք՝

- մասնագիտություն,
- նախասիրություն,
- զբաղմունք,
- ֆուտբոլում դրսևորվել ու միջոց,
- նշեք

ինքներդ _____

_____:

4. Ո՞ր երկրների մրցավարությունն են համարում առավել կատարելագործված (ըստ հերթականության թվարկեք մինչև տասը աֆսուլություն)։

_____:

5. Ի՞նչ կողմերով է առանձնանում մրցավարությունը
Հայաստանում. նշեք
Առավել ությունները`

_____:

Թերությունները`

_____:

6. Որո՞նք են հայ մրցավարների մոտ հաճախակի հանդիսող
թերությունները.

- մրցավարական փորձի պակասը,
- գործի նկատմամբ անտարբերությունը,
- մասնագիտական գիտելիքների պակասը,
- ֆիզիկական պատրաստվածությունը
- հոգեբանական ընկճվածությունը:

7. Ըստ կարևորության գնահատեք (1-8 միավորներով) մրցավարի
մասնագիտության համար նշված հատկանիշների
անհրաժեշտությունը.

- տեսական գիտելիքներ - _____,
- կանոնների իմացություն - _____,
- մրցավարի կրթությունը - _____,
- ֆիզիկական պատրաստականությունը - _____,
- հոգեբանական պատրաստականությունը - _____,
- տեխնիկատակտիկական գիտելիքները - _____,
- փորձը - _____,
- մրցավարի մարզական և մասնագիտական նվաճումները - _____:

8. Մրցավարն, ինչպիսի՞ կամային հատկությունների է սփրապսում.
ընդգծեք հինգ կարևորները. (խիզախություն, համարձակություն,

նախաձեռնողականությամբ, կայունությամբ,
ինքնուրույնությամբ, ինքնատիրապետում,
արգելքադիմացկանությամբ, վճռականությամբ, համառությամբ),
ավելացրեք ինքներդ՝ _____:

9. Մրցավարն, ինչպեսի՞նչ շարժողական ընդունակությունների պետք է տիրապետի. (ուժ, արագաշարժականություն, ճկունություն,
ճարպկություն, կոորդինացիա, դիմացկունություն):

10. Նշե՛ք, ըստՁեզ, առավել կարևոր հոգեկան ֆունկցիաները, որոնք կնպաստեն մրցավարի գործունեության արդյունավետության բարձրացմանը _____

_____:

11. Ուշադրության ինչպեսի՞նչ հատկությունների պետք է տիրապետի մրցավարը. ընդգծեք (կենտրոնացվածություն, բաշխում, ծավալ, փոխադրում):

12. Հիշողության ո՞ր տեսակն է առավել կարևոր. ընդգծեք մեկը կամ երկուսը (օպերատիվ, հուզական, շարժողական, տեսողական, բառատրամաբանական):

13. Մրցավարի ըմբռնման հատկություններից կարևորում եք. ընդգծեք (արագություն, ստույգություն, հաստատունություն, խորություն):

14. Ըստ Ձեզ, մտածողության հատկություններից մրցավարությանն ունի. ընդգծեք (մտածողության տեմպը, խորությունը, իրադրության տրամաբանական գնահատականը) ավելացրեք ինքներդ՝ _____:

15. Մրցավարի հուզական վիճակներից ո՞րն է կարևոր. ընդգծեք (հուզական դիմացկունություն, սթրեսակայունություն, տագնապայունություն):

16. Հոգեշարժական գործունեության կարևորում եք. ընդգծեք (ռեակցիա, մոբիլիզացիոն ունակություններ, մկանաշարժողական, տարածաժամանակային):

17. Նշվածներից ո՞րն է ապահովում մրցավարի գործունեության հուսալիությունը. ընդգծեք (բնավորություն, խառնվածք, ընդունակություն, անձնային ուղղվածություն՝ դրդապատճառների ամբողջություն, պահանջմունքների համակարգը և այլն):

18. Ձեր կարծիքով մրցակարական սխալները առավել ասես խաղադաշտի որ մասում են լինում.

- տուգանային հրապարակում,
- դարպասային հրապարակում,
- դաշտի կենտրոնում,
- եզրագծերի մոտ,
- խաղադաշտի մյուս հատվածներում,
- նշեք Ձեր տարբերակը _____:

Դրվագներ և արորատր-գործիքային հետազոտություններից



Նկար 1.



Նկար 2.



Նկար 3.

Չգայ աջարժողական հակազդու մների (ռեակցիաների) գրանցման բլանկ

Անուն, ազգանուն _____

_____ Աշխատանքի նպատակը` գնահատել պարզ շարժողական և բարդ շարժողական հակազդու մների, ինչպես նաև շարժվող օբյեկտի նկատմամբ հակազդման ժամանակը:

Արձանագրող թյան թերթիկ

Չափումների քանակը

Ռեակցիայի տարատեսակը	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	X
Պարզ շարժողական ռեակցիա (ՊՇՌ)													
Բարդ շարժողական ռեակցիա (ԲՇՌ)													
Ռեակցիա շարժվող օբյեկտի նկատմամբ (ՇՕՌ)													

ՊՇՌ =

ԲՇՌ =

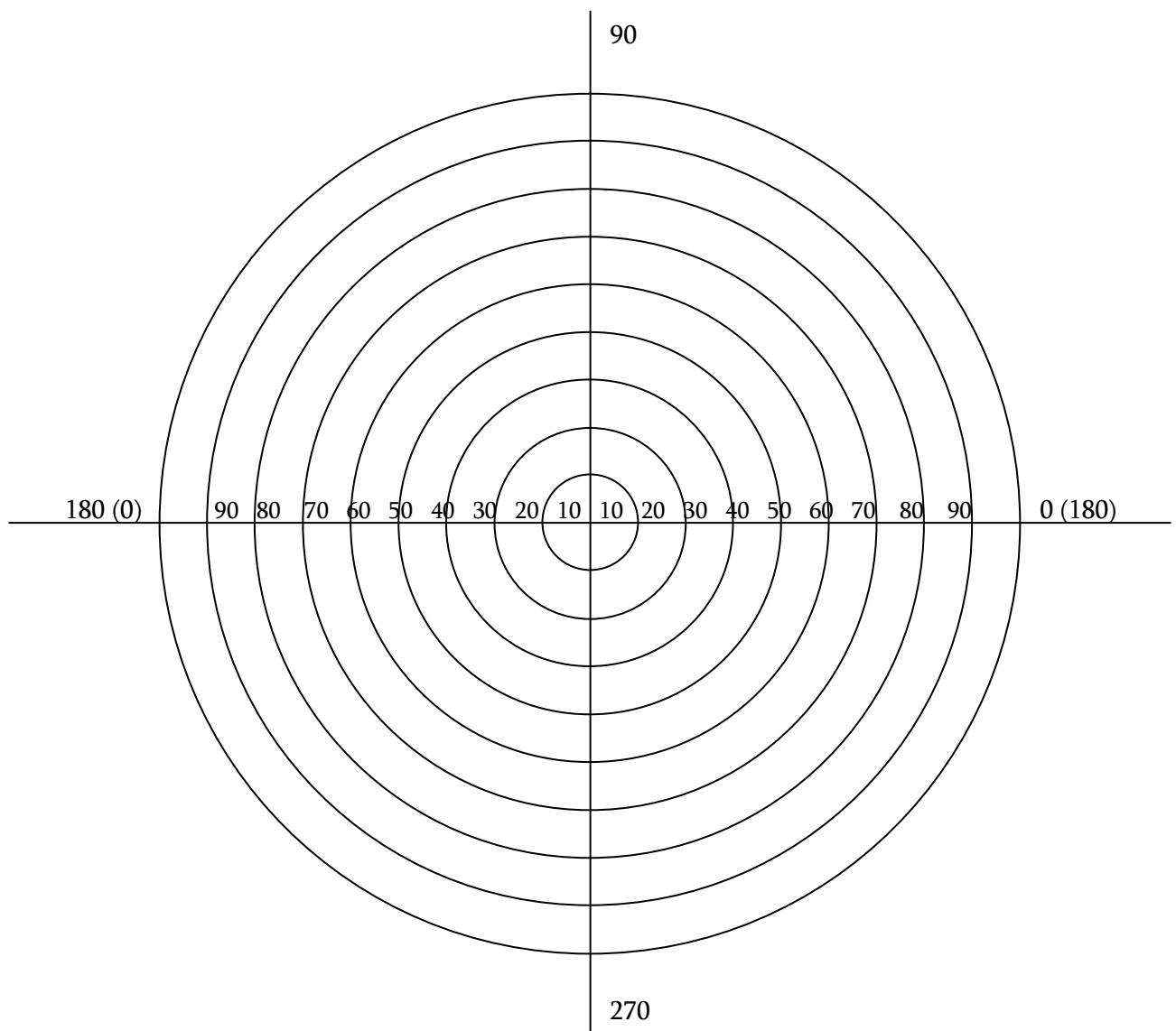
ՇՕՌ =

Տեսադաշտի ծավալի ցուցանիշների արձանագրության թերթիկ

Տեսադաշտի համեմատական բնութագրերը. - արտաքին սահման՝ 90°, ներքին սահման՝ 55°, վերին սահման՝ 45°, ստորին սահման՝ 65°:

Արձանագրություն

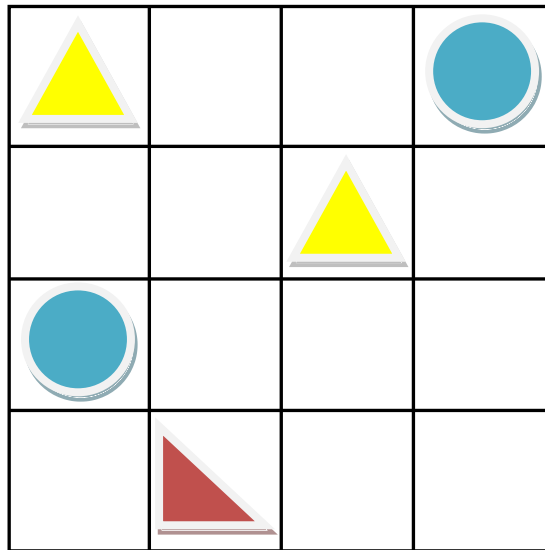
Աչքեր	Սահմաններ	1	2	3	m
Աջ աչք	Վերին				
	Ստորին				
	Աջ				
	Ձախ				
Ձախ աչք	Վերին				
	Ստորին				
	Աջ				
	Ձախ				



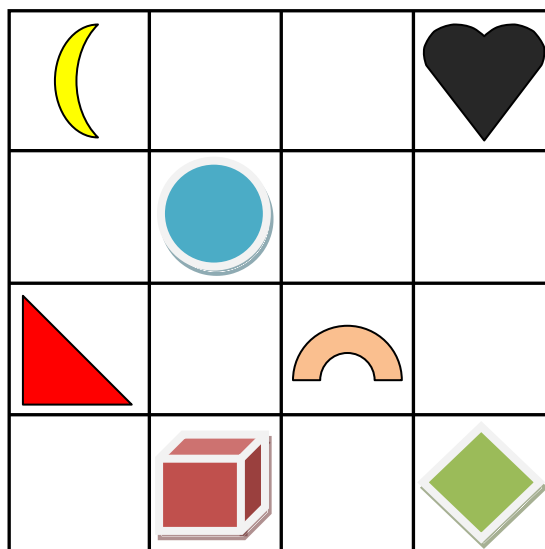
ՇՈՒՆ ԱԵ-Գործողի թեստավորման ընթացքը նրկայացնող դրվագներ



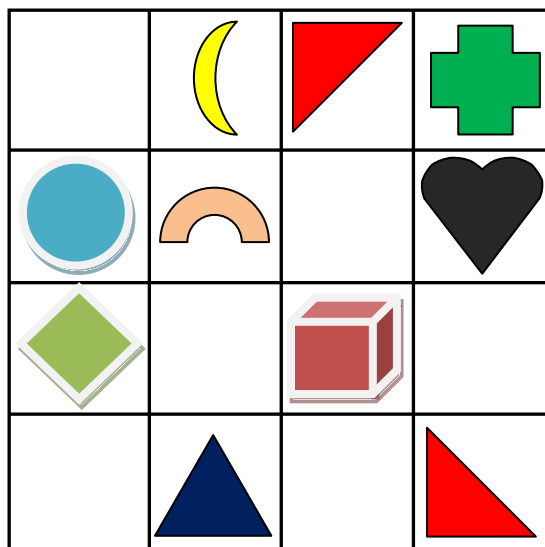
Մրցակարների տեսողական հիշողության ունը գնահատող 3 սլայդների տեսքը



աբսկերանոց սլայդ



աբսկերանոց սլայդ



աբսկերանոց սլայդ

**Գ. Վ. Ռեզյակիկի նայ ի մտածողության տեսակը բացահայտող
մեթոդիկայի պատասխանների թերթիկ**

Ա Ա _____

Հրահանգ: Յուրաքանչյուր մարդու մոտ գերակշռում է մտածողության որոշակի տեսակը: Սույն հարցաթերթը կօգնի Ձեզ որոշել սեփական մտածողության տեսակը: Եթե համաձայն եք ստորև նշված արտահայտությանն, ապա նշեք «+», եթե ոչ՝ նշեք «-»:

№	Արտահայտություններ	Պատ
1.	Ինձ ավելի հեշտ է որևէ բան անել ինքնուրույն, քան բացատրել մյուսներին:	
2.	Ինձ հետաքրքիր է կազմել համակարգչային ծրագրեր:	
3.	Ես սիրում եմ կարդալ գրքեր:	
4.	Ինձ դուր է գալ իս գեղանկարչությունը, քանդակագործությունը, ճարտարապետությունը:	
5.	Նույնիսկ հետաձգված գործում ես աշխատում եմ որևէ բան լավացնել:	
6.	Ես լավ եմ հասկանում, եթե ինձ բացատրում են առարկաների և նկարների միջոցով:	
7.	Ես սիրում եմ խաղալ շախմատ:	
8.	Ես հեշտ եմ շարադրում մտքերս ինչպես բանավոր, այնպես էլ գրավոր ձևով:	
9.	Երբ ես գիրք եմ կարդում, հստակ պատկերացնում եմ հերոսներին և նկարագրվող իրադարձությունները:	
10.	Ես նախընտրում եմ ինքնուրույն պլանավորել (ծրագրել) իմ աշխատանքը:	
11.	Ինձ դուր է գալ իս ամեն ինչ կատարել սեփական ձեռքերով:	
12.	Մանկության տարիներին ես ստեղծում էի ընկերներիս հետ շփվելու իմ սեփական ծածկագիրը:	
13.	Ես մեծ կարևորություն եմ տալ իս ասված խոսքին:	
14.	Ծանոթ երաժշտությունները իմ գլխում առաջացնում են որոշակի պատկերներ:	
15.	Տարաբնույթ զբաղմունքները մարդու կյանքը դարձնում են հարուստ և պայծառ:	
16.	Խնդիրները լուծելիս ինձ հեշտ է առաջ շարժվել փորձերի և սխալների մեթոդով:	
17.	Ինձ հետաքրքիր է հասկանալ բնության ֆիզիկական երևույթները:	
18.	Ինձ հետաքրքրում է ռադիոհեռուստահաղորդավարի, լրագրողի աշխատանքը:	

19.	Ինձ հեշտե պատկերացնել առարկաներ կամ կենդանիներ, որոնք բնության մեջ չկան:	
20.	Ինձ ավելի շատ դուր է գալ իս գործունեության ընթացքը, քան ինքնին արդյունքը:	
21.	Ինձ դուր էր գալ իս մանկության տարիներին հավաքել կոնստրուկտոր, և եզո:	
22.	Ես նախընտրում եմ ճշգրիտ գիտության ոլորտներ (ֆիզիկա, մաթեմատիկա):	
23.	Ինձ հիացնում է որոշ բանաստեղծության ոլորտների հստակության ու նույն խորության ունի:	
24.	Ծանոթ հոտը իմ հիշողության մեջ առաջ է բերում անցյալի իրադարձության ունեներ:	
25.	Ես չեմ ցանկանալ կյանքը ստորադրել (ենթարկել) որոշակի համակարգի:	
26.	Երբ ես երաժշտության նման սուրմ, ու գումեմ պարել:	
27.	Ես հասկանում եմ մաթեմատիկական բանաձևերի գեղեցկության ունի:	
28.	Ինձ համար հեշտե խոսել ցանկացած և սարանի առջև:	
29.	Ես սիրում եմ այցելել ցուցահանդեսներ, ներկայացումներ, համերգներ:	
30.	Ես կասկածում եմ նույնիսկ այն բանում, ինչը մյուսների համար ակնհայտ է:	
31.	Ես սիրում եմ որևէ բան սարքել, զբաղվել ձեռագործության:	
32.	Ինձ հետաքրքիր կլինեն վերծանել հնադարյան գաղտնագրերը:	
33.	Ես հեշտության մեջ ուրացնում և եզվի քերականական կառուցվածքը:	
34.	Ես համաձայն եմ Ֆ. Մ. Դոստոևսկու հետ, որ գեղեցկությանը կփրկի աշխարհը:	
35.	Չեմ սիրում քայլել միևնույն ճանապարհով:	
36.	Իրականը միայն այն է, ինչը կարելի է շոշափել:	
37.	Ես հեշտության մեջ հիշում բանաձևերը, խորհրդանշները, պայմանական նշանները:	
38.	Ընկերներս սիրով են և սուրմ, երբ ես ինչ-որ բան եմ պատմում:	
39.	Ես կերպարների մեջ հեշտության մեջ պատկերացնում եմ ֆիլմի կամ պատմվածքի բովանդակության ունի:	
40.	Ես չեմ կարող հանգստանալ, քանի դեռ իմ աշխատանքը չեմ հասցրել կատարելության:	

**ՄՐՑԱԿՑԱՅԻՆ ՀՈԳԵԿԱԿԱՆ ՀՈՒՍԱԼ ԻՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԱՇԱՐ՝
ՀԱՐՄԱՐԵՑՐԱՃ ՄՐՑԱՎԱՐՆԵՐԻՆ (Վ. Է. ՄԻԼ ման 1976)**

Հրահանգ: Ձեզ առաջարկվում են ընդհանուր թվով 40 հարցեր, որոնք միտված են բացահայտելու Ձեր իսկ մրցավարական գործունեության հոգեբանական առանձնահատկությունները: Յուրաքանչյուր հարցի համար ընտրեք պատասխանի առաջարկվող («Ա», «Բ», «Գ», «Դ» և այլն) տարբերակներից մեկը, ու նշեք այն վերցնելով շրջանակի մեջ, թրինակ՝ **1. – Բ**: Աշխատեք տալ կոնկրետ պատասխաններ, նկատի ունենալով Ձեր վերջին ժամանակների մրցավարական փորձը:

1. Ո՞ր դեպքում եք դուք հաջողում պատասխանատու մրցումների մրցավարությունը.

Ա) գտնվելով հանգիստ վիճակում, գրեթե չանհանգստանալով,

Բ) գտնվելով չափազանց բարձր գրգռված վիճակում,

Գ) ուժեղ գրգռված վիճակում:

2. Սովորաբար շատե՞ք դուք արդյոք հուզվում կարևոր մրցաշարերի ժամանակ.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) ոչ:

3. Ֆուտբոլային հանդիպման ժամանակ դուք սովորաբար ճիշտե՞ք գնահատում Ձեր հուզվածության աստիճանը և հուզական վիճակները.

Ա) սովորաբար չեմ մտածել այդ մասին, Բ) երբեմն, Գ) այո:

4. Ձեզ դուր է գալիս վարել ընկերական կամ նոր մրցաշրջանի նախապատրաստական հանդիպումներ՝

Ա) այո, Բ) չեմ կարողասել, Գ) ոչ:

5. Դուք կարողանում ե՞ք պատասխանատու խաղերում պահպանել կայուն բարձր մակարդակ.

Ա) այո, Բ) լինում են տատանումներ, Գ) ոչ:

6. Կայուն են արդյոք Ձեր մրցավարական որոշումներն ու դիրքորոշումները.

Ա) այո, Բ) լինում են տատանումներ, Գ) ոչ:

7. Խիստ են շեղում Ձեզ անսպասելի իրավիճակներն ու խոչընդոտները.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) ոչ:

8. Արդյո՞ք Ձեզ խանգարում է հուզմունքը մրցավարության ժամանակ լավագույն ձևով դրսևորվելու համար.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) ոչ:

9. Դուք արդյո՞ք ամբողջությամբ եք ներգրավվում յուրաքանչյուր հանդիպմանը.

Ա) այո, Բ) ոչ միշտ, Գ) ոչ:

10. Հաճույքո՞վ եք կատարում ձեր գործը ծավալային, ինտենսիվ բեռնվածությամբ ու նեցող հանդիպումների ժամանակ.

Ա) այո, Բ) ոչ միշտ, Գ) ոչ:

11. Ձեզ վրա ուժե՞ղ են ներգործում անհաջողությամբ ու ներք.

Ա) այո, տրամադրություն ունսշատե ընկնում, Բ) արագ մոռացվում են,

Գ) մեծ նշանակություն ունի ցեմտալիս:

12. Ո՞ր դեպքերում եք դուք հասնում լավագույն արդյունքի.

Ա) սեփական գործողությունները խիստ գիտակցաբար վերահսկելիս,

Բ) ինքնաբերաբար (ավտոմատացված) կատարելիս, Գ) միջին ինչ-որ բան:

13. Պատասխանատու հանդիպումների ժամանակ արդյո՞ք Ձեզ մոտ լինում են լուրջ, անբացատրելի սխալներ, որոնք ազդում են խաղի ելքի վրա

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) գրեթե չեն լինում:

14. Մրցավարության հաջող ընթացքի դեպքում առաջանում է արդյո՞ք ձեզ մոտ զգացմունք, որ «գործը արված է, միայն թե խաղը շուտ վերջանա».

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) ոչ:

15. Պատասխանատու հանդիպումներից առաջ սովորաբար, որքան ժամանակ առաջ եք սկսում հուզվել կամ անհանգստանալ.

Ա) խաղից մի քանի օր առաջ, Բ) խաղի նախօրյակին,

Գ) մեկնարկից անմիջապես առաջ:

16. Պատասխանատու մրցավարությունից առաջ կարողանում եք ձեր բազատվել սպասվող հանդիպման վերաբերյալ մտքերից.

Ա) այո, Բ) ոչ, Գ) կարող եմ, բայց ոչ երկար ժամանակով:

17. Մեկնարկից առաջ անցկացնում եք հոգեկան ունակորման հատուկ միջոցառումներ (կարող եք ընտրել պատասխանի մի քանի տարբերակ).

Ա) ոչ , չ եմ անցկացնում ,
 Բ) ջանում եմ հանգստանալ , թոթափել և արվածությունը ,
 Գ) ձգտում եմ մտածել որևէ հաճելի բանի մասին ,
 Դ) կենտրոնանում եմ սպասվող հանդիպման վրա ,
 Ե) ջանում եմ ակտիվանալ , բարձրացնել մկանային տոնուսը ,
 2) ջանում եմ շեղվել առաջիկա հանդիպման մասին մտքերից ,
 Ե) ջանում եմ առաջ բերել անզիջում ու հաստատակամ տրամադրվածություն ,

Ը) մտովի վերլուծում եմ խաղը վարելու մարտավարական-տեխնիկական գործողությունները :

Թ) նախավարժանքը օգտագործում եմ որպես հոգեկան ունակորման միջոց :

18. Դուք կարող եք արդյո՞ք, եթե դապետք է, տրամադրվածությամբ մի տեսակից արագ անցնել մյուսին .

Ա) ոչ , Բ) սովորաբար դրա անհրաժեշտությունը չեմ ունենում , Գ) այո :

19. Կարող ե՞ք արդյոք խաղի և արված պահերին, անհրաժեշտությամբ դեպքում, ստիպել Ձեզ արագ հանգստանալ .

Ա) ոչ , Բ) ոչ միշտ, Գ) այո , որպես կանոն կարող եմ :

20. Այդ նպատակին հասնելու համար դուք օգտվում ե՞ք խոսքային ինքնահրամաններից .

Ա) ոչ , Բ) սովորաբար դրա անհրաժեշտությունը չեմ ունենում , Գ) այո :

21. Դուք պատրաստ ե՞ք շատ բաներ գոհելու կյանքում մրցավարությամբ մեջ հաջողության հասնելու համար .

Ա) այո , կարող եմ հրաժարվել կենսական շատ բարիքներից ,

Բ) այդ խնդիրն իմ առջև չի հառնել , Գ) ոչ :

22. Ինչ պիսի՞ն է ձեր վերաբերմունքը ընտրված մասնագիտության (մրցումներին) նկատմամբ .

Ա) մրցավարությունը դժվարին քննությունն է , Բ) մրցավարությունը տոն է ,

Գ) և՛ մեկը , և՛ մյուսը :

Պատահանաու խաղերում Ձեզ մոտ ինչու՞մ են անհաջողություններ հետևյալ պարճառների հետևանքով՝

23. Ֆիզիկական վիճակի և մարզավիճակի տատանու մներ.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

24. Տեխնիկայի անկայուն նություն.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

25. Ինքնազգացողություն և տրամադրություն տատանու մներ.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

26. Անհաջողություն և «Մասնագիտական երջանկություն» տատանու մներ.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

27. Հանդիպումների ընթացքում անակնկալները, խոչընդոտները և այլն.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

28. Ֆուտբոլիստների անակնկալ վարքագիծը.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

29. Երկրպագուների անսպասելի գործողությունները.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

30. Ոչ բարենպաստապայմանները.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

Պատահանառու հանդիպումների ժամանակ Ձեր մրցավարության վրա արդյո՞ք ազդում են հետևյալ պատճառները.

31. վնասվածք ստանալու և անհանգստությունը.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

32. Խաղը ձախողելու վախը.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

33. Անհարմար մրցակիցների առկայությունը.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

34. Մինչև հանդիպման ավարտը ու ժերը չբավարարել ու անհանգստություն ունը.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

35. Տեսուչի նկատմամբ վախը.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

36. Վախը մասնագիտական հեղինակություն նկատմամբ.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

37. Վախը, որ անբարենպաստ մրցավարություն ունը կազդի մասնագիտական առաջընթացի վրան կհանգեցնի դրամական կորստի.

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

38. Վաղը, որ անբարենպաստ ելքը կբերի նյութական (դրամական) կորուստ

Ա) այո, Բ) երբեմն, Գ) որպես կանոն՝ ոչ, Դ)

ոչ:

39. Արդյոք գոհ եք ձեր արդյունքներից, որ ցույց եք տվել վերջին տարվամրցումներում.

Ա) այո ամբողջովին, Բ) գոհ եմ, բայց կարող էի ավելի ավելարել,

Գ) այնքան էլ գոհ չեմ Դ) գոհ չեմ:

40) Ձեր վարած վերջին լավագույն հանդիպումը եղել է.

Ա) ընկերական հանդիպումներում,

Բ) մանկապատանեկան հանդիպումներում

Գ) ՀՀ բարձրագույն և առաջին խմբի առաջնություններում,

Դ) միջազգային մրցումներում:

