

3. Будзин, В.Р. Особливості фазових змін деяких морфофункціональних показників у дівчат / В.Р. Будзин, О.І. Рябуха // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2008. – Вип. 55, т. 2. – С. 15–18.

4. Будзин, В.Р. Особливості функціонування міокарду футболісток у різні фази ОМЦ (за даними електрокардіографічного дослідження) / В.Р. Будзин, О.І. Рябуха // Слобожанський науково-спортивний вісник: зб. наук. ст. – Х., 2008. – № 4. – С. 148–152.

5. Будзин, В.Р. Особливості динаміки показників системи зовнішнього дихання у футболісток протягом фаз оваріально-менструального циклу / В.Р. Будзин // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2009. – Вип. 13, т. 3. – С. 23–29.

6. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для ин-тов физ. культуры / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. литература, 1997. – 583 с.

7. Карпман, В.Л. Тестирование в спортивной медицине / В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И.А. Гудков. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 255 с.

8. Похолоденчук, Ю.Т. Оптимізація тренувального процесу спортсменок з метою підвищення спортивної майстерності та збереження здоров'я: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Ю.Т. Похолоденчук. – К., 1993. – 47 с.

9. Сванідзе, Р. Оптимізація тренувального процесу з використанням медико-біологічного контролю / Р. Сванідзе // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури і спорту. – Л., 2002. – Вип. 6, т. 2. – С. 217–220.

10. Шахлина, Л.Г. Медико-биологические основы тренировки женщин / Л.Г. Шахлина. – К.: Наук. думка, 2001. – 326 с.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОК РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В КОНТАКТНЫХ ВИДАХ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

Васюк В.Е., канд. пед. наук, доцент¹, Бульбенова О.Н.¹, Михута И.Ю.²,

¹Белорусский государственный университет физической культуры,

²Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка,
Республика Беларусь

В контактных видах спортивных единоборств структура тренировочной и соревновательной деятельности характеризуется оперативностью, высокой психической напряженностью и динамизмом, осуществляющимся в условиях временной и альтернативной неопределенности. При этом особое место занимают психомоторные действия, с помощью которых решаются многие оперативные задачи.

По мнению А.Н. Леонтьева, спортивная деятельность представляет собой определенную структуру: «Исходная афферентация→эффекторные процессы, реализующие контакты с предметной средой→коррекция и обогащение с помощью обратных связей исходного афференцирующего образа» [4].

Для процесса спортивной деятельности характерны сложнейшие механизмы: оценки текущей, прошлой и наиболее вероятной в будущем ситуации→поиск адекватных данной ситуации решений→реализация психомоторных действий→ их коррекция на основе обратных связей.

Согласно взглядам Е.Н. Суркова, психомоторика представляет собой объективное восприятие человеком всех форм психического отражения, начиная с ощущения и заканчивая сложными формами интеллектуальной активности [9].

К.К. Платонов [5] к сфере психомоторики человека относит все: от многообразных видов сенсомоторных реакций до сложнокоординированных и многопараметрических дви-

жений, в структуре которых в единстве представлены их пространственные, временные и силовые компоненты.

А.Ц. Пуни считает [6], что в спортивных единоборствах ведущее место занимает система перцептивно-интеллектуальных и эмоционально-волевых процессов, протекающих в изменяющихся условиях деятельности, когда при дефиците времени спортсмен должен мгновенно воспринимать возникающие ситуации, принимать и реализовывать творческие решения о путях и способах ведения соревновательной борьбы. В контактных единоборствах, деятельность часто осуществляется через «оперативные решения» [7], которые основываются не только на структурировании и динамическом узнавании конкретной ситуации, но и на психомоторных механизмах «практического интеллекта» [1].

Поэтому, несмотря на актуальность данной проблемы, вопросы изучения психомоторных способностей у спортсменов в обозначенных видах спортивных единоборств остаются пока малоизученными.

В этой связи целью нашей работы явилось исследование сенсомоторной составляющей психомоторных способностей спортсменов разной квалификации, специализирующихся в контактных видах спортивных единоборств.

Методы исследования. Тестирование психомоторных способностей спортсменов проводилось с помощью комплексной компьютерной психодиагностической программы «Effecton Studio 2007», позволяющей в условиях выполнения стандартных локомоторных тестов регистрировать у испытуемых простую и сложную зрительно-моторную реакции, простую аудиомоторную реакцию и реакцию на движущийся объект [10].

Организация исследования. Исследование проводилось на базе кафедры спортивно-боевых единоборств и спецподготовки БГУФК в январе 2009 года. В исследовании принимали участие спортсменки разной квалификации в возрасте 18–25 лет (n=20).

Результаты исследования. В изучаемых психомоторных способностях проявляются процессы высокого иерархического уровня по отношению к субъекту спортивной деятельности. Особую роль в дееспособности представителей единоборств имеют качества, проявляющиеся в сенсомоторной деятельности спортсмена, в его способности к точным антиципирующим реакциям, к быстрому принятию решений, прогнозированию наиболее вероятных событий [8, 9].

В таблице показан сравнительный уровень развития психомоторных качеств единоборцев разной квалификации. Первую группу, условно названную «КМС», составили спортсмены I спортивного разряда и кандидаты в мастера спорта, вторую («МСМК») – мастера спорта, мастера спорта международного класса.

Таблица – Квалификационные различия уровня развития психомоторных качеств спортсменов, мс

№	Параметры	КМС, n=10			МСМК, n=10		
		X	σ	m±	X	σ	m±
1	Простая зрительно-моторная реакция	323,67	55,84	18,67	318,89	37,69	12,56
2	Простая аудиомоторная реакция	233,44	35,53	11,84	205,33	23,67	7,89
3	Сложная зрительно-моторная реакция	407,44	56,16	18,72	380,00	32,16	10,72
4	Реакция на движущийся объект	70,67	6,28	2,09	58,77*	11,92	3,97
5	Соотношение преждевременных и запаздывающих реакций	4,5/14,62	–	–	8,66/10,55	–	–
6	Стабильность сенсомоторной деятельности	304,33	23,47	7,82	297,88	21,87	7,29
	Дисперсия сенсомоторной деятельности	54,88	12,08	4,03	65,77	27,91	9,31

*Примечание – * различия статистически достоверны при p<0,05*

Как видно из данных таблицы, совершенствование двигательной деятельности в спортивных единоборствах приводит к улучшению (сдвигам) почти всех показателей «психомоторики», но тем не менее они носят статистически незначимый ($p > 0,05$) характер. Исключения составляют показатели реакции на движущий объект и соотношения преждевременных и запаздывающих антиципирующих реакций, которые имеют статистически достоверные ($p < 0,05$) различия между спортсменками двух групп. Это можно объяснить тем, что была небольшая выборочная совокупность и что в данных случаях проявляются не столько специальные психомоторные способности единоборцев, сколько индивидуальные различия по проявлениям свойств высшей нервной деятельности. Так, показатель быстроты простой зрительной, аудиомоторной и сложной психической реакции считается одним из «классических» проявлений свойства лабильности нервной системы [3, 8].

Таким образом, изучаемые нами психомоторные показатели должны целенаправленно совершенствоваться в спортивной деятельности спортсменок-единоборцев разной квалификации. Так, по мнению Е.П. Ильина, с одной стороны, они количественно характеризуют отдельные структурные единицы психомоторных действий, которые в дальнейшем объединяются в целостную систему взаимосвязанных друг с другом элементов психомоторной деятельности. С другой стороны, они отражают качественные характеристики специальных способностей представителей контактных видов спортивных единоборств, поскольку проявляются в динамике становления их профессионального мастерства [2].

1. Ананьев, В.Г. Индивидуальное развитие человека и константность восприятия / В.Г. Ананьев, М.Г. Дворяшина, Н.А. Кудрявцева. – М.: Просвещение, 1968. – 369 с.
2. Ильин, Е.П. Психофизиология физического воспитания (деятельность и состояния): учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов / Е.П. Ильин. – М.: Просвещение, 1980. – 199 с.
3. Климов, Е.А. Индивидуальный стиль деятельности. Психология индивидуальных различий: тесты / Е.А. Климов. – М.: Московский ун-т, 1982. – С. 74–77.
4. Леонтьев, А.Н. Деятельность, сознание, личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – 302 с.
5. Платонов, К.К. Краткий словарь системы психологических понятий / К.К. Платонов. – М.: Высшая школа, 1981. – 175 с.
6. Пуни, А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А.Ц. Пуни. – М.: ФиС, 1969. – 88 с.
7. Пушкин, В.Н. Психология и кибернетика / В.Н. Пушкин. – М.: Педагогика, 1971. – 232 с.
8. Родионов, А.В. Психолого-педагогические методы повышения эффективности решения оперативных задач в спорте: автореф. дис. / А.В. Родионов. – М., 1990. – 43 с.
9. Сурков, Е.Н. Психомоторика спортсмена / Е.Н. Сурков. – М.: ФиС, 1984. – С. 15.
10. Тугой, И.А. Психологическая служба в образовании с Effecton Studio / И.А. Тугой. – Липецк: ЛЭГИ, 2006. – 298 с.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ ДО И ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ НА БАТУТЕ

Вечер Т.И., Рубченя И.Н., канд. биол. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Современный период развития спорта характеризуется значительной интенсификацией тренировочных и соревновательных нагрузок. В этих условиях изучение особенностей структуры тренировочного процесса приобретает особое значение, так как позволяет