

ФОРМИРОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ НАДЕЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Заика Виктор Михайлович

Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Работа выполнена в учреждении образования

«Белорусский государственный университет физической культуры»

Минск, 2014

27 с.

Цель исследования – формирование соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

Задачи исследования:

1. Выявить факторы соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

2. Определить критерии оценки уровня сформированности профессионально важных качеств и их взаимосвязь с соревновательной надежностью спортсменов-стрелков высокой квалификации.

3. Обосновать и разработать педагогическую технологию формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации и апробировать ее в процессе подготовки к соревновательной деятельности.

Положения, выносимые на защиту

1. Факторами соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации выступают их профессионально важные качества:

– готовность к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов (как специфическое качество стрелка);

– эмоциональная устойчивость;

– скорость переработки информации;

– устойчивость когнитивных функций;

– самоконтроль и саморегуляция.

2. Критериями оценки уровня сформированности профессионально важных качеств спортсменов-стрелков высокой квалификации выступают показатели: готовности к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов: разность между средним арифметическим временем реагирования на экстренные сигналы и средним арифметическим временем реагирования на сигналы с предупреждением, количество пропусков сигналов; скорости переключения внимания: время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел, время переключения внимания, количество ошибок за время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел; эмоциональной устойчивости: время выполнения смешан-

ного поиска черных и красных чисел при активных помехах, разница во времени выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с помехами и без помех, количество ошибок за время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с активными помехами; сложной зрительно-двигательной реакции: время выполнения сложной зрительно-двигательной реакции, количество неверных нажатий; времени выполнения простой зрительно-двигательной реакции; чувства времени; реакции на движущийся объект; объема внимания; динамики максимального темпа движения рук; позволившие выявить значимые взаимосвязи профессионально важных качеств с соревновательной надежностью.

3. Педагогическая технология формирования соревновательной надежности, включает:

– целевой компонент – формирование соревновательной надежности спортсменов-стрелков в учебно-тренировочном и соревновательном процессе;

– содержательный компонент – совокупность средств и методов психолого-педагогической подготовки, обеспечивающих формирование профессионально важных качеств спортсменов-стрелков высокой квалификации: готовность к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов (как специфическое качество стрелка); эмоциональная устойчивость; скорость переработки информации; устойчивость когнитивных функций; самоконтроль и саморегуляция;

– организационный компонент – моделирование соревновательной деятельности спортсмена-стрелка в результате детального анализа ее отдельных элементов и параметров, значимых для достижения успешности выступлений спортсменов; использование на тренировочных занятиях действия сбивающих факторов, требующих проявления надежности;

– операционный компонент – овладение на-выками и умениями саморегуляции и самоконтроля для повышения готовности к деятельности в экстремальных условиях тренировок и соревнований;

– диагностический компонент – осуществление оперативной обратной связи посредством включенного и невключенного наблюдения; в процессе осуществления предварительного, текущего, итогового контроля за результатами соревнований; за степенью выраженности и надежности.

Основные научные результаты диссертации

1. Выявлено, что факторами соревновательной надежности выступают профессионально важные качества: готовность к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов, эмоциональная устойчивость, скорость переработки информации, устойчивость когнитивных функций, самоконтроль и саморегуляция.

Уточнено понятие соревновательная надежность как системное, интегральное качество личности, обеспечиваемое сформированными профессионально важных качеств, позволяющее спортсмену-стрелку эффективно выступать в течение требуемого времени на ответственных соревнованиях.

Выявлено, что специфической особенностью деятельности спортсменов-стрелков является работа в условиях длительного воздействия монотонных факторов, что служит причиной, вызывающей состояние монотонии. Установлено, что картина этого состояния при разных по степени монотонности условиях в основных чертах будет однотипной. Выделение готовности к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов в качестве одного из коррелятов, прогнозирующих надежность деятельности в условиях монотонии, позволяет впервые получить не только качественную, но и количественную характеристику этого профессионально важного качества у спортсменов-стрелков высокой квалификации.

2. Установлены критерии оценки уровня сформированности профессионально важных качеств спортсменов-стрелков высокой квалификации: *готовности к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов* – разность между средним арифметическим временем реагирования на экстренные сигналы и средним арифметическим временем реагирования на сигналы с предупреждением, количество пропусков сигналов; *скорости переключения внимания* – время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел, время переключения внимания, количество ошибок за время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел; *эмоциональной устойчивости* – время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел при активных помехах, разница во времени выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с помехами и без помех, количество ошибок за время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с активными помехами; *сложной зрительно-двигательной реакции* – время выполнения сложной

двигательной реакции, количество неверных нажатий; *времени выполнения простой зрительно-двигательной реакции*; *чувствия времени*; *реакции на движущийся объект*; *объема внимания*; *динамики максимального темпа движжения рук*, позволившие выявить значимые взаимосвязи профессионально важных качеств с соревновательной надежностью.

Выявленные в результате корреляционного анализа статистически значимые связи показателя соревновательной надежности с показателями критериев, характеризующих уровень развития готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов, подтвердили значимость этого профессионально важного качества для спортсменов-стрелков высокой квалификации. Отсутствие связей показателя соревновательной надежности с показателями остальных критериев не снижает их значимость, а свидетельствует о несформированности ряда профессионально важных качеств испытуемых.

Полученные результаты указывают на необходимость формирования профессионально важных качеств, что стало основанием для разработки педагогической технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

3. Разработана и апробирована пятикомпонентная педагогическая технология, рассматриваемая как система, обеспечивающая формирование соревновательной надежности, индивидуальных приемов, способов и их последовательности, обеспечивающих спортсмену сохранение заданных параметров деятельности в сложных условиях соревнований.

– **Целевой** – системообразующий фактор – формирование соревновательной надежности спортсменов-стрелков.

– **Содержательный** – реализация, в соответствии с индивидуальными учебно-тренировочными планами, методов и средств психологического подготовки, среди которых упражнения для формирования монотоноустойчивости, эмоциональной устойчивости, скорости переработки информации, устойчивости когнитивных функций, самооценки текущего состояния, способов саморегуляции, с помощью которых совершенствовались профессионально важные качества спортсменов-стрелков высокой квалификации; формирование адекватного деятельности представления структуры алгоритмов действий в критических ситуациях.

– **Организационный** – моделирование на учебно-тренировочных занятиях экстремальных условий соревновательной деятельности: включение монотонно действующих факторов; ограничение времени на выстрел, серию; использование разных пистолетов; использование мишеней уменьшенных

размеров; использование различных помех (нарушение очередности стрельбы, приглашение в тир посторонних людей). Формирование соревновательной надежности каждого спортсмена-стрелка реализовывалось в индивидуальной форме, в зависимости от моделируемых условий, характеристик нервной деятельности, личностных качеств и алгоритмов организации своих действий.

– **Операциональный** – актуализация навыков и гибких сенсомоторных схем действий, пространственно-временных структур комплекса управляющих действий в критических ситуациях, умений стрельбы, сопряженных с умениями саморегуляции текущего состояния, выполнения деятельности в экстремальных условиях; проявление профессионально важных качеств в соревновательной деятельности.

– **Диагностический** – осуществление оперативной обратной связи: включенным наблюдением, беседами с тренерами и спортсменами, исходным, промежуточным и итоговым контролем прикодок и контрольных стрельб с использованием автоматизированной системы контроля «ASCOR» и электронного тренажера «СКАТТ», исходным и итоговым контролем степени сформированности профессионально важных качеств по показателям аппаратурной психодиагностики и результативности соревновательной деятельности.

Доказана возможность формирования соревновательной надежности применением технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации на основании сопоставления результатов исходного и итогового тестирования, продемонстрировавшего значимые положительные изменения в показателях профессионально важных качеств: готовности к экстремальным действиям в условиях монотонно действующих факторов, переключения внимания, эмоциональной устойчивости, простой зрительно-двигательной реакции, экспертной оценки соревновательной надежности, что доказывает ее эффективность.

Результаты итогового тестирования спортсменов-стрелков были также подвергнуты корреляционному анализу, выявившему статистически значимые связи показателя экспертной оценки соревновательной надежности с показателями переключения внимания, эмоциональной устойчивости, простой зрительно-двигательной реакции, отсутствовавшими до применения технологии, связь с показателем готовности к экстремальным действиям в условиях монотонно действующих факторов стала более тесной, следовательно, применение технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации способствовало формированию указанных профессионально важных качеств, что еще раз подчеркивает правомерность целенаправленного формирования

соревновательной надежности. Эффективность технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации подтверждают призовые места на различных соревнованиях международного ранга и завоеванные лицензии на Олимпийские игры, подтвержденные актами внедрений.

Рекомендации по практическому использованию результатов

В результате обобщения литературы, практического опыта подготовки спортсменов-стрелков высокой квалификации, данных собственных исследований представлена педагогическая технология формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации, направленная на формирование профессионально важных качеств. Результаты исследования могут использоваться в учебно-тренировочных и соревновательных процессах спортсменами, тренерами, психологами и другими лицами, связанными с подготовкой спортсменов высокой квалификации. Для целенаправленного формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации целесообразно придерживаться следующих практических рекомендаций.

1. Формирование соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации целесообразно проводить с учетом их индивидуально-типологических особенностей на основе мониторинга результатов выступлений и динамики изменения стратегий поведения и уровня сформированности профессионально важных качеств.

2. Использование на учебно-тренировочных занятиях экстремальных условий соревновательной деятельности.

3. Развитие профессионально важных качеств спортсменов-стрелков следует проводить в определенной последовательности: вначале необходимо повысить уровень монотоноустойчивости, потом устойчивость когнитивных функций и скорость переработки информации, затем уровень эмоциональной устойчивости, после этого сформировать навыки и гибкие схемы действий в экстремальных ситуациях соревновательного характера.

4. Использовать разработанную электронную версию «Индивидуальная карта результатов исследования по методикам психодиагностики» для наглядного оформления результатов тестирования индивидуально-типологических особенностей и профессионально важных качеств спортсмена.

5. При профессиональном отборе спортсменов-стрелков необходимо учитывать уровень развития их профессионально важных качеств.