

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БРЕСТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»

ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО НАЦИОНАЛЬНОГО ОЛИМПЕЙСКОГО
КОМИТЕТА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
В БРЕСТСКОЙ ОБЛАСТИ

УПРАВЛЕНИЕ СПОРТА И ТУРИЗМА БРЕСТСКОГО ОБЛИСПОЛКОМА

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ
ОЛИМПЕЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ,
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ШКОЛЬНИКОВ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ**

СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ

**Брест
БрГУ
2015**

УДК 796.011.3+613(082)
ББК 74.200.55+51.204.0+75.14я431
Т 33

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Козлова;
кандидат педагогических наук, доцент В.Н. Кудрицкий

Т 33

Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодёжи : сб. научных статей / под общ. ред. А.А. Зданевича. – Брест : БрГУ, 2015. – 188 с.

В сборник научных статей включены материалы, представленные участниками из Республики Беларусь, Российской Федерации, Украины. Материалы посвящены различным аспектам физического развития и двигательной подготовленности детей, школьников и студентов, медико-биологическим и экологическим аспектам здоровьесформирующих технологий, психолого-педагогическим, культурологическим и социальным аспектам формирования ЗОЖ, подготовки специалистов с высшим образованием и кадров высшей научной квалификации в области физической культуры и спорта.

Материалы предназначены для специалистов в области физической культуры и спорта, научных работников, аспирантов, магистрантов и студентов.

Ответственность за оформление и содержание материалов несут авторы.

УДК 796.011.3+613(082)
ББК 74.200.55+51.204.0+75.14я431

© БрГУ имени А.С. Пушкина, 2015

происходящих в крови, в мышцах, других тканях. Кроме того, по концентрации лактата в крови прямым способом определяется уровень анаэробного порога (АнП), равный 4–5 ммоль/л (фиксированный порог) и в зависимости от физиологических особенностей спортсмена достигающий 16 ммоль/л [5].

Выводы. 1. Модельные характеристики соревновательной деятельности могут быть использованы для выбора оптимального варианта выполнения соревновательных действий, для поиска резервов роста спортивных достижений и определения основных направлений повышения подготовленности спортсменов.

2. Разработка модельных характеристик соревновательной деятельности, разных сторон подготовленности гребцов позволяет правильно построить подготовку спортсменов с учетом склонности к работе определенной направленности, создать условия для успешной тренировки и выступлений в соревнованиях таким образом, чтобы спортсмены смогли выйти на запланированные параметры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бальсевич, В.К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В.К. Бальсевич, М.П. Шестаков // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 5. – С. 57.

2. Булгакова, Н.Ж. Спортивные способности: диагностика и формирование / Н.Ж. Булгакова // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 9. – С. 49–51.

3. Волков, Н.И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н.И. Волков, Т.В. Гавриш, И.В. Гавриш. – Челябинск : ЧГПУ, 1998. – 227 с.

4. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, –2004. – 808 с.

5. Янсен, П. ЧСС, лактат и тренировки на выносливость ; пер. с англ. – Мурманск : Тулома, – 2006. – 160 с.

В.М. ЗАЙКА

Республика Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

О РОЛИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ФОРМИРОВАНИИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ НАДЕЖНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Summary. For the effective organization of individual preparation of sports shooters the pedagogical technology which is based on adequate selection of means and methods of psychological and pedagogical training, directed on formation of competitive reliability on the basis of generated professionally significant qualities is offered.

Резюме. Для эффективной организации индивидуальной подготовки спортсменов-стрелков предлагается педагогическая технология, базирующаяся на адекватном подборе средств и методов психолого-педагогической подготовки, направленных на формирование соревновательной надёжности на основе сформированных профессионально важных качеств.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью сохранения спортсменом-стрелком в экстремальных условиях соревнований высокого уровня работоспособности, эффективности технико-тактических действий и повышения эмоциональной устойчивости в течение длительного периода времени соревновательных стрельб, результативности спортивной деятельности.

Эффективность деятельности спортсменов зависит от их соревновательной надёжности. Специфика конкретных видов спорта предъявляет определенные требования к профессионально важным качествам (ПВК) спортсмена, наличие которых определяет соревновательную надёжность [1].

Недостаточная психолого-педагогическая подготовленность является одной из основных причин неудачных выступлений спортсменов-стрелков высокой квалификации в экстремальных условиях соревнований.

В результате образовавшееся противоречие между недостаточным уровнем соревновательной надёжности спортсменов-стрелков высокой квалификации и требуемым не может быть решено только средствами физической, технической и тактической видов подготовки.

Цель работы. Формирование соревновательной надёжности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

Методы и организация исследования. В процессе исследования использовались теоретические и эмпирические методы: теоретико-библиографический анализ; изучение документов; сопоставление независимых характеристик, что позволило получить объективную информацию об уровне соревновательной надёжности испытуемых; педагогическое наблюдение (включенное и невключенное); опросные методы (беседы с тренерами, спортсменами); педагогический эксперимент (констатирующий и формирующий); диагностика с использованием психодиагностического комплекса; методы математической статистики.

На **первом этапе** была проанализирована научная и методическая литература, что позволило дать теоретическое обоснование проблемы исследования, сформулировать его концепцию, определить объект, предмет, выдвинуть рабочую гипотезу, поставить цель и задачи.

На **втором этапе** с целью выявления уровня сформированности профессионально важных качеств были подобраны методики психодиагностики и проведен констатирующий педагогический эксперимент (КПЭ). На основании теоретического анализа и результатов КПЭ была разработана педагогическая технология формирования соревновательной надёжности спортсменов-стрелков (ФСНСС), включающая пять взаимосвязанных компонентов: целевой, содержательный, организационный, операциональный, диагностический.

На **третьем этапе** исследования был проведен формирующий педагогический эксперимент, результаты которого подтвердили эффективность предложенной педагогической технологии, доказали целесообразность ее применения в учебно-тренировочном процессе с целью повышения соревновательной надёжности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

На **четвертом этапе** проходило обсуждение результатов проведенного исследования, разрабатывались практические рекомендации по применению технологии ФСНСС.

Результаты и их обсуждение. КПЭ проводился в лабораторных условиях с использованием психодиагностического комплекса, предназначенного для диагностики и контроля функциональных состояний. В ходе КПЭ оценивались показатели ПВК. Все

полученные показатели были подвергнуты интеркорреляционному анализу. Статистически значимые связи показателя экспертной оценки соревновательной надежности с показателями готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД) у стрелков при $p < 0,05$ показывают, что формирование устойчивости к монотонии может повысить эффективность профессиональной деятельности спортсменов-стрелков.

Статистически достоверных связей показателя соревновательной надежности с другими показателями не обнаружено, что указывает на низкий уровень развития ПВК испытуемых. Полученные результаты указывают на необходимость формирования ПВК, определяющих соревновательную надежность спортсменов-стрелков высокой квалификации.

Для проверки эффективности разработанной педагогической технологии были проведены две серии формирующего педагогического эксперимента (ФПЭ) по методу автоконтроля [2]. До начала ФПЭ группа являлась контрольной, во время проведения эксперимента и после него – экспериментальной. Оценка различий в зависимой выборке производилась с помощью U-критерия Манна-Уитни.

В процессе педагогического взаимодействия показатели, характеризующие уровень развития ПВК, позитивно изменились. Позитивная динамика развития ПВК подтверждается экспертными оценками ($p < 0,01$).

Положительные изменения в ПВК по показателям: готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД); переключения внимания (ПВ); эмоциональной устойчивости (ЭУ); сложной двигательной реакции (СДР), простой двигательной реакции (ПДР); объему внимания ($V_{вн}$) у спортсменов-стрелков при сравнении исходного и итогового срезов ($p < 0,01-0,05$) позволяют сделать вывод о том, что предложенная педагогическая технология формирует ПВК, способствует улучшению механизмов саморегуляции и самоконтроля, необходимых для повышения соревновательной надежности, и свидетельствует об её эффективности.

Результаты итоговой диагностики спортсменов-стрелков были подвергнуты корреляционному анализу. Выявились новые корреляционные связи показателя соревновательной надежности по экспертным оценкам с показателями ПВК, среди них ПВ, ЭУ, ПДР ($p < 0,01-0,05$). Не выявлено статистически достоверных связей с показателем СДР ($p > 0,05$).

Вероятно, это связано с тем, что действия стрелка носят строго регламентированный характер, заранее отрепетированные и определенные, они связаны по своей структуре в основном с ПДР, что и подтверждает высокая статистически значимая связь показателя ПДР с экспертной оценкой соревновательной надежности ($p < 0,01$). Выявленные в КПЭ корреляции изменились: связь показателя соревновательной надежности с показателем $R_{гэд}$ усилилась ($p < 0,01$), связь с показателем $N_{гэд}$ исчезла – спортсмены перестали допускать ошибки. Апробация технологии ФСНСС в экстремальных условиях различных соревнований подтвердила свою высокую эффективность (таблица).

Педагогическая технология формирования соревновательной надежности в процессе психолого-педагогической подготовки прошла успешную апробацию и способствовала росту высоких результатов в пулевой стрельбе, стрельбе из лука, акробатике, плавании, некоторых видах борьбы, что подтверждается актами внедрений.

Таблица – Результаты выступлений спортсменов-стрелков на соревнованиях различного ранга, подтверждающих их успешность

| Упражнение | ПП-2 | | МП-5 | | ПП-3 | | МП-6 | | ВП-4 | |
|---------------------|------|-------|------|-------|------|---------|------|-------|-----------|---------|
| | очки | место | очки | место | очки | место | очки | место | очки | место |
| ЭКМ 28.05-2.06.2002 | | | | | | | 567 | 2 | | |
| ЭКМ 3-11.06.2003 | | | | | 583 | 3 | | | | |
| ЧЕ 3-9.11.2003 | | | | | 582 | 2л(2к) | | | | |
| ЧЕ 1-11.07.2005 | | | 582 | 7(3к) | | | | | | |
| ЧЕ 27-04.03.2006 | 384 | 8(2к) | | | | | | | | |
| ЭКМ 4-10.05.2007 | | | | | 583 | 2 | | | | |
| ЭКМ 16-25.05.2009 | | | | | 584 | 3 | | | | |
| ЧЕ 18-23.02.2009 | 383 | 8(1к) | | | | | | | | |
| ЧЕ 12-21.07.2009 | | | 583 | 4(1к) | | | | | | |
| ЭКРБ 11-16.01.2010 | | | | | 591 | 1(р.РБ) | | | | |
| ЧЕ 03-07.04.2011 | 383 | 8(2к) | | | 584 | 4л(2к) | | | | |
| ЭКРБ 3-7.04.2012 | 386 | 2 | | | 584 | 2 | 545 | 2 | | |
| ЭКРБ 14-15.02.2013 | 385 | 1 | 575 | 1 | 580 | 2 | 550 | 2 | | |
| ЧРБ 06-10.06.2015 | | | | | | | | | 1237,8(к) | 1(р.РБ) |

Примечание: ЭКМ – этап Кубка мира; ЧЕ – чемпионат Европы; ЧРБ – чемпионат Республики Беларусь; ЭКРБ – этап Кубка Республики Беларусь; р. – рекорд; л – личные; к – командные.

Выводы. 1. Соревновательная надежность спортсмена-стрелка представляет собой системное, интегральное качество личности и обеспечивается сформированностью ПВК: готовностью к экстремному действию в условиях монотонно действующих факторов, эмоциональной устойчивостью, скоростью переработки информации, устойчивостью когнитивных функций, самоконтролем и саморегуляцией. Критериями оценки уровня сформированности профессионально важных качеств выступают их показатели.

2. ПВК естественно развиваются в ходе профессиональной деятельности, однако в подготовке спортсменов высокой квалификации следует использовать различные условия, моделирующие деятельность, приемы и задания, способствующие более эффективному проявлению этих качеств. Внедрение в тренировочный процесс разработанной технологии способствовало повышению индивидуальной подготовки спортсменов различной специализации, что доказывает её универсальность.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Заика, В.М. Технология формирования соревновательной надежности в процессе психолого-педагогической подготовки / В.М. Заика / [Электронный ресурс] : монография. – Краснодар, 2014. – 174 с.
2. Сепетлиев, Д. Статистические методы в научных медицинских исследованиях / Д. Сепетлиев. – М. : Медицина, 1968. – 420 с.