

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

УДК 799.3

ЗАЙКА
ВИКТОР МИХАЙЛОВИЧ

**ФОРМИРОВАНИЕ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ НАДЕЖНОСТИ
СПОРТСМЕНОВ-СТРЕЛКОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спор-
тивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Минск, 2011

Работа выполнена в учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Научный руководитель: **Марищук Л.В.**, доктор психологических наук, кандидат педагогических наук, профессор, профессор кафедры психологии учреждения образования «Российский государственный социальный университет»

Официальные оппоненты: **Коледа В.А.**, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Белорусского государственного университета

Шаров А.В., кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры легкой атлетики, плавания и лыжного спорта учреждения образования «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

Оппонирующая организация: Белорусский национальный технический университет

Защита состоится «18» мая 2011г. в 14.00 часов на заседании совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, г. Минск, проспект Победителей, 105, e-mail: nir@sportedu.by, тел. 250-39-36.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Автореферат разослан «18» апреля 2011 г.

Ученый секретарь
совета по защите диссертаций
канд. пед. наук, доцент



Е.В. Фильгина

КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ

Резко обострившаяся в последние годы борьба за достижение победы, сложность двигательных задач, огромные физические и нервно-психические нагрузки, большая ответственность участников соревнований за результаты выступлений выдвинули ряд требований к соревновательной надежности спортсмена. Спортсмен, претендующий на победу в ответственных соревнованиях, должен обладать высокоразвитыми профессионально важными качествами (ПВК), способствующими стабильному выполнению технико-тактических действий, умением управлять своим эмоциональным состоянием и мобилизовываться для достижения поставленной цели (Ю.М. Блудов, 1973; Л.М. Вайнштейн, 1981; Н.Б. Стамбулова, 2002; Н.А. Худадов, 1979).

Соревновательная надежность спортсмена и, особенно, ее факторы изучались недостаточно, и лишь в 70-80 годы XX века стали проводиться исследования, получившие отражение в литературе (Ф. Генов, 1971; Л.Н. Данилина, 1980; В.А. Плахтиенко, 1983). В теории спорта разрабатываются многие составляющие соревновательной надежности, среди которых определяющее значение имеет технико-тактическое мастерство спортсменов (В.М. Дьячков, 1967; Ю.Г. Кудряшов, 1978; Л.П. Матвеев, 1991; А.А. Юрьев, 1973) и их психическая надежность. В исследованиях содержится мало конкретных указаний на то, как устранять влияние неблагоприятных эмоциональных состояний на ход соревновательной борьбы.

Соревновательная надежность спортсмена-стрелка высокой квалификации детерминирована всеми видами подготовки, но, прежде всего, психолого-педагогической – системой воздействий, применяемых с целью формирования и совершенствования ПВК спортсмена, необходимых для успешного выполнения тренировочной деятельности, подготовки к соревнованиям и выступления в них (В.Н. Платонов, 2004; Т.Д. Полякова, 1993; и др.). Побеждает тот, кто готов победить! Физическая, техническая, тактическая виды подготовки пронизаны психолого-педагогическим содержанием, включенность которого в них приводит к практическому отсутствию собственных средств психолого-педагогической подготовки, хотя она имеет свои задачи.

Разработка педагогической технологии формирования соревновательной надежности спортсмена-стрелка высокой квалификации обусловлена необходимостью сохранения им 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, что определило актуальность темы исследования.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Связь работы с крупными научными программами (проектами) и темами. Исследование выполнялось в соответствии с Планом научно-исследовательской работы Белорусской государственной академии физической культуры на 2001-2005 г.г. по направлению «Управление отраслью физическая культура и спорт, совершенствование системы подготовки и повышения квалификации кадров по физической культуре и спорту», проблема 1.3. «Подготовка кадров по физической культуре и спорту, совершенствование учебного процесса», тема 1.3.6 «Разработка психолого-педагогических критериев оценки информационного обеспечения студентов БГУФК (на примере учебно-воспитательного процесса, реализуемого кафедрой педагогики и психологии)» (№ госрегистрации 20031597).

Цель и задачи исследования. Цель – научное обоснование педагогической технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации в учебно-тренировочном процессе.

Задачи исследования:

1. Выявить факторы соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации, проявляемые в условиях психического напряжения, монотонии, утомления.

2. Определить взаимосвязь соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации с их профессионально важными качествами, выявляемыми методиками, применяемыми для проведения психофизиологических обследований специалистов, деятельность которых реализуется в условиях монотонно действующих факторов.

3. Обосновать, разработать пятикомпонентную педагогическую технологию формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации (ФСНСС) и апробировать ее в процессе их подготовки к соревновательной деятельности.

Объект исследования – соревновательная надежность спортсменов-стрелков высокой квалификации. Выбор объекта исследования обусловлен тем, что состояние и динамика показателей профессионально важных качеств (ПВК) являются важнейшими информационными звеньями, определяющими организационно-методический алгоритм построения учебно-тренировочного процесса спортсменов-стрелков высокой квалификации.

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

Выбор предмета исследования обусловлен:

– во-первых, сохранением соревновательной надежности в условиях высоких физических и психических нагрузок в экстремальных условиях соревнований;

- во-вторых, необходимостью повышения соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации в ответственных соревнованиях;
- в-третьих, формированием навыков саморегуляции и самоуправления спортсменов для повышения эффективности их индивидуальной подготовки к соревновательной деятельности.

Положения, выносимые на защиту

1. Факторами соревновательной надежности как эффективности выполнения целевых задач спортсменов-стрелков высокой квалификации выступают проявляемые в условиях психического напряжения, монотонии, утомления их профессионально важные качества:

- *готовность к деятельности в условиях монотонно действующих факторов (как специфическое качество стрелка);*
- *эмоциональная устойчивость;*
- *скорость переработки информации;*
- *устойчивость гностических функций;*
- *самоконтроль и саморегуляция.*

2. Соревновательная надежность спортсменов-стрелков высокой квалификации взаимосвязана с их профессионально важными качествами, выявляемыми использованием, применяемых для проведения психофизиологических обследований специалистов, деятельность которых реализуется в условиях монотонно действующих факторов, методик:

- определения готовности к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов (оценка уровня бдительности) (ГЭД);
- определения скорости переключения внимания (ПВ);
- определения эмоциональной устойчивости (ЭУ);
- оценки точности воспроизведения заданных временных интервалов – чувство времени (ЧВ);
- оценки реакции на движущийся объект (РДО);
- оценки времени простой зрительно-двигательной реакции (ПДР);
- оценки времени сложной зрительно-двигательной реакции (СДР);
- определения динамики максимального темпа движения рук (теппинг-тест);
- оценки объема внимания (Vвн).

3. Впервые теоретически обоснована, разработана и апробирована в процессе подготовки к соревновательной деятельности спортсменов-стрелков высокой квалификации пятикомпонентная педагогическая технология формирования соревновательной надежности, включающая:

- *целевой компонент* – формирование соревновательной надежности спортсмена-стрелка в учебно-тренировочном и соревновательном процессе;
- *содержательный компонент* – совокупность средств и методов психолого-педагогической подготовки, обеспечивающих формирование ПВК спортсмена-стрелка высокой квалификации;

– *организационный компонент* – моделирование соревновательной деятельности спортсмена-стрелка с целью детального анализа ее отдельных элементов и параметров, значимых для достижения успешности спортсмена; использование в учебно-тренировочных занятиях действия сбивающих факторов, требующих проявления профессионально важных качеств;

– *операциональный компонент* – навыки и умения саморегуляции и самоконтроля для повышения готовности к деятельности в условиях монотонно действующих факторов в экстремальных условиях тренировок и соревнований;

– *диагностический компонент* – осуществление оперативной обратной связи включенным и невключенным наблюдением; предварительным, текущим, итоговым контролем результатов соревнований; степени выраженности и проявления ПВК.

Личный вклад соискателя. Исследование представляет собой результат самостоятельной работы по решению проблемы формирования надежности профессиональной деятельности. Соискателем проведен теоретико-библиографический анализ 280 научных работ, констатирующий и формирующий педагогические эксперименты, полученные данные статистически обработаны и проанализированы. Результаты исследования опубликованы в 29 печатных работах. 22 из них написаны самостоятельно. В совместных публикациях автору принадлежит идея работы, основное содержание и выводы. Впервые со спортсменами-стрелками высокой квалификации экспериментально апробированы методики, применяемые для проведения психофизиологических обследований специалистов, деятельность которых реализуется в условиях монотонно действующих факторов. Впервые разработана, апробирована и внедрена в учебно-тренировочный процесс Государственного специализированного учебно-спортивного учреждения (ГСУСУ) «Брестская областная школа высшего спортивного мастерства» (ОШВСМ) педагогическая технология формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации. Эффективность технологии подтверждается 39 актами внедрения. По теме исследования внедрено 4 рацпредложения.

Апробация результатов диссертации. Основные положения диссертационного исследования докладывались и обсуждались на заседаниях кафедры педагогики и психологии БГУФК (Минск, 2001-2009 г.); V и XI Международных конгрессах (Минск, 2001 г., 2007 г.); Международной научно-практической конференции: «Психологическое здоровье в контексте развития личности» (Брест, 2005 г.); двух научных сессиях «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре»: VII Международная сессия БГУФК и НИИФКиС РБ по итогам НИР за 2003 год (Минск, 2004 г.); «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму»: XI Международная сессия по итогам НИР за 2009 год (Минск, 2010); Международном ме-

тодическом семинаре по спортивной психологии (Минск, 2008 г.); VI Международном методическом семинаре по спортивной психологии (Минск, 2009 г.); республиканской научно-практической конференции «Психологическое здоровье в контексте развития личности» (Брест, 2004 г.); трех региональных конференциях: «Физическая культура, спорт и здоровье молодежи в III тысячелетии» (Брест, 2002 г.), «Забаваы і гульні у структуры правядзення часу насельніцтва» (Брест, 2004 г.), «Актуальные проблемы физической культуры, спорта и современного олимпийского движения» (Брест, 2004 г.).

Результаты применения разработанной технологии включены в программу подготовки спортсменов-стрелков Государственного специализированного учебно-спортивного учреждения «Брестская областная школа высшего спортивного мастерства». Практическая апробация и внедрение полученных в исследовании результатов осуществлены лично автором в учреждении «Брестская областная школа высшего спортивного мастерства», учреждении «Брестская СДЮШОР профсоюзов по акробатике и бадминтону», учреждении «Брестская СДЮШОР по видам борьбы», Брестской областной федерации дзюдо, локомотивном депо Брест.

Опубликованность результатов диссертации. Всего по материалам диссертации автором опубликовано 29 работ общим объемом 7,25 авторских листа, в том числе: 10 статей в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь, объемом 3,35 авторских листа; 12 материалов конференций и 4 тезиса докладов, объемом 1,7 авторских листа; 3 методические рекомендации объемом 2,2 авторских листа.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из оглавления, перечня условных обозначений, введения, общей характеристики работы, трех глав, содержащих аналитический и экспериментальный материал; заключения, включающего основные научные результаты диссертации и рекомендации по их практическому использованию, библиографического списка и приложений. Полный объем диссертации составляет 223 страниц. Основное содержание работы изложено на 113 страницах, иллюстрировано 4 таблицами и 23 рисунками (14 страниц); список использованных источников (280, из них 6 на иностранном языке) – 19 страниц; список публикаций соискателя (29) – 3 страницы; приложения (19) – 45 страниц; акты внедрения (39) – 39 страниц; рационализаторские предложения (4) – 4 страницы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Во введении обоснована актуальность темы исследования, уровень ее разработанности, представлена общая характеристика и концепция работы.

В первой главе «Факторы соревновательной надежности спортсмена-стрелка в условиях соревнований» представлен анализ научной литературы по проблеме исследования. Определения надежности, встречающиеся в специальной литературе, не тождественны (Л.М. Вайнштейн, 1977; В.М. Дьячков, 1967; В.Б. Коренберг, 1970 и др.), поэтому в диссертации используется дефиниция надежности, разработанная в инженерной психологии, определяющая возможность получения не только качественной, но и количественной оценки надежности работы спортсмена. Надежность в указанном случае определяется как свойство системы (подсистемы) эффективно выполнять целевые задачи в экстремальных условиях в течение требуемого времени (Б.Ф. Ломов, 1966). И.П. Павлов (1954, с. 317) назвал человека «Самой совершенной саморегулирующейся системой», следовательно, представленная дефиниция справедлива.

В оценке соревновательной надежности стрелка необходимо учитывать две стороны: владение техникой стрельбы и возможности реализации своих навыков и умений в условиях напряженной соревновательной борьбы. Способности к овладению техникой выстрела лежат не в анатомическом строении мышц, а в характере управления их деятельностью со стороны центральной нервной системы. Надежность профессиональной деятельности, в том числе спортсменов-стрелков высокой квалификации, во многом обусловлена способностью к саморегуляции психических состояний (Л.М. Вайнштейн, 1981; Л.Е. Жаринова, 1984; В.Л. Марищук, 2001). Выбор спортсменом-стрелком индивидуально значимой тактики психорегуляции определяется минимизацией влияния на его деятельность таких психических состояний как: пролонгированное утомление, чрезмерное нервно-психическое напряжение (включая предстартовую лихорадку), монотония (М.Я. Жилина, 1983; Е.П. Ильин, 2002; В.Э. Мильман, 1983; А.Ц. Пуни, 1949; О.А. Черникова, 1980).

Устойчивая эффективность психической деятельности и состояний, повышающая работоспособность и результативность двигательной деятельности спортсмена-стрелка, обеспечивается комплексом ПВК: готовностью к деятельности в условиях монотонно действующих факторов, эмоциональной устойчивостью, скоростью переработки информации, устойчивостью гностических функций, самоконтролем и саморегуляцией, проявляемых в условиях психического напряжения, монотонии, утомления. Тесная взаимосвязь и взаимозависимость степени развития ПВК и соревновательной надежности позволяет рассматривать процесс их формирования, совершенствования и развития как систему (Б.Ф. Ломов, 1966; К.К. Платонов, 1982), системообразующим фактором которой является ее цель – формирование соревновательной надежности, а механизмом обратной связи – результат – уровень сформированности ПВК.

Понятие надежности связано с деятельностью в экстремальных ситуациях, характеризующихся стрессогенными условиями, оказывающими воздействие

на нервно-психические механизмы управления действиями и поведением спортсмена. Надежность обеспечивается не суммой независимых личностных характеристик, но достигается благодаря их тесному взаимодействию и сочетанию. Следовательно, соревновательная надежность спортсмена-стрелка – это системное, интегральное, комплексное качество, позволяющее ему эффективно выступать на ответственных соревнованиях в течение необходимого времени.

Выявленное противоречие заключается в том, что в проблематике системогенеза деятельности вопрос о формировании ПВК является одним из узловых, конкретизирующих принцип единства сознания и деятельности, разработанный С.Л. Рубинштейном (1935), А.Н. Леонтьевым (1975), но конкретные методики формирования и корригирования ПВК с целью повышения надежности спортивной деятельности мало разработаны, в научной литературе представлены лишь общие принципы и отдельные методики развития эмоционально-волевых качеств спортсменов (А.В.Алексеев, 1987; Н.К. Волков, 1976; Р.А. Голубев, 1991).

Выявление неблагоприятных, осложняющих соревновательную деятельность условий, эмоциональных состояний, возникающих под их воздействием, и ПВК, определяющих способность противостоять им, то есть обеспечивающих результативность выступления, обусловило необходимость разработки технологии ФСНСС.

Во второй главе **«Выявление и анализ взаимосвязи профессионально важных качеств с соревновательной и профессиональной надежностью»** решена вторая задача исследования, представлены методологические основания разработки технологии ФСНСС, организация и методы проведения исследования; анализ результатов констатирующего педагогического эксперимента.

Методологической основой исследования на *философском уровне* выступил: закон перехода количественных изменений в качественные и категория меры при дозировании психолого-педагогических воздействий (В.Ф. Берков, 2004; В.Л. Марищук, 1982); на *общенаучном уровне* – принцип детерминизма как учения о причинно-следственных связях и принцип единства сознания и деятельности, согласно которому сознание и все психические свойства проявляются и формируются в деятельности (А. Н. Леонтьев, 1975; К.К. Платонов, 1982; С.Л. Рубинштейн, 2000); системный подход (В.Ф. Берков, 2004; И.В. Блауберг, Э.Г. Юдин, 1973), на основании которого технология рассматривалась как система, состоящая из взаимосвязанных компонентов, системообразующим фактором которой выступает цель, а механизмом обратной связи результат – достижение поставленной цели (В.Л. Марищук, Л.В. Марищук, 2008). На *частнонаучном уровне* исследования использовались основные положения теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки (Е.И. Иванченко, 1996; Л.П. Матвеев, 1991; В.Н. Платонов, 2004), педагогики (Б.А. Ашмарин, 1978; В.П. Беспалько, 1989; М.Е. Кобринский, 2001), физиологии и психофизиологии (Ю.М. Блудов, 1973; В.В. Васильева, 1973; Е.П. Ильин,

2001), психологии (В.А. Бодров, 2001; Е.Н. Гогонов, 2000; С.Л. Рубинштейн, 2000). Психолого-педагогическая подготовка спортсменов предусматривает и ряд специфических принципов: системности; единства психолого-педагогических воздействий; учета уровня спортивного мастерства; учета специфики конкретного вида спорта; соответствия подготовки спортсменов гетерохронности и неравномерности психобиологического развития организма; отсроченного эффекта психолого-педагогического влияния (В.К. Бальсевич, 1999; Ю.В. Верхошанский, 2005), которые дополняют и конкретизируют основы дидактики.

На *конкретно-научном уровне* исследования использовались теоретические и эмпирические методы: теоретико-библиографический анализ; изучение документов; сопоставление независимых характеристик; педагогическое наблюдение (включенное и невключенное); опросные методы (беседы с тренерами, спортсменами, машинистами-инструкторами, машинистами); педагогический эксперимент (констатирующий и формирующий); психологическое тестирование с использованием комплекса «Фильтр»; методы математической статистики.

Исследование являлось лонгитюдным и было выполнено в четыре этапа в период с 1998 по 2010 годы.

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

На **втором этапе** был проведен сравнительно-сопоставительный анализ деятельности спортсменов-стрелков высокой квалификации и специалистов, деятельность которых реализуется в условиях монотонно действующих факторов (по условиям эксперимента – машинисты локомотива магистрального движения (МЛМД)), констатирующий эксперимент, целью которого было выявление ПВК, необходимых для повышения надежности соревновательной и профессиональной деятельности.

На **третьем этапе** исследования был проведен формирующий педагогический эксперимент с использованием разработанной на основе результатов констатирующего эксперимента педагогической технологии «ФСНСС». Результаты формирующего педагогического эксперимента подтвердили эффективность предложенной технологии, доказали целесообразность ее применения в учебно-тренировочном процессе ГСУСУ «Брестская ОШВСМ» с целью повышения соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

На **четвертом этапе** проходило обсуждение результатов проведенного исследования, разрабатывались практические рекомендации по формированию соревновательной надежности как интегрального ПВК спортсмена-стрелка средствами психолого-педагогической подготовки. Технология

«ФСНСС» апробировалась в учебно-тренировочном процессе спортсменов других специализаций. Формировались основные положения диссертационной работы, формулировались выводы и практические рекомендации.

Констатирующий эксперимент состоял из трех серий. В **первой** серии был проведен сравнительно – сопоставительный теоретический анализ деятельности спортсменов-стрелков высокой квалификации и МЛМД, в ходе которого определены общие характеристики их деятельности. В связи с выявленными особенностями деятельности и у стрелков, и у МЛМД могут возникать подобные состояния монотонии, утомления, напряжения, а при влиянии неблагоприятных факторов вплоть до напряженности (стресса), поэтому для определения успешности деятельности спортсменов-стрелков применялись методики психодиагностики и аппаратура, применяемые для психофизиологических обследований МЛМД. Была определена выборка респондентов, состоявшая из 9 стрелков высокой квалификации и 100 МЛМД. И стрелки, и МЛМД не имели отклонений в состоянии психического и физического здоровья. Средний возраст стрелков составлял 23 года, МЛМД – 39 лет, что характерно для становления профессионального мастерства в спортивной и профессиональной сферах.

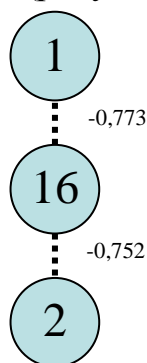
Во **второй** серии по отобранным методикам было обследовано 100 МЛМД. Выставлены экспертные оценки их профессиональной надежности по 9-балльной шкале. Экспертами выступали машинисты-инструкторы. Исследования проводились в кабинете психофизиологических обследований локомотивного депо Брест.

В **третьей** серии было обследовано 9 спортсменов-стрелков, спортивной квалификации от мастера спорта (МС) до мастера спорта международного класса (МСМК). Исследования проводились в кабинете психофизиологических обследований локомотивного депо Брест. Экспертами выступали тренеры.

Констатирующий эксперимент проводился в лабораторных условиях с использованием микропроцессорного психофизиологического комплекса «Фильтр», предназначенного для диагностики и контроля функциональных состояний. В ходе констатирующего эксперимента оценивались: уровень развития ПВК – *готовность к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД)*: разность между реакциями на сигналы с предупреждением и без предупреждения (Ргэд), число пропусков сигналов (Nгэд); *скорость переключения внимания (ПВ)*: время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел (С), время переключения внимания (Тпв), количество ошибок за время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел (Пвош); *эмоциональная устойчивость (ЭУ)*: время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел при активных помехах (С*), разница во времени выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с помехами и без

помех (Тэу), количество ошибок за время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с активными помехами (ЭУош); сложная зрительно-двигательная реакция (СДР): время выполнения сложной двигательной реакции (Тсдр), количество неверных нажатий (Нсдр); время выполнения простой двигательной реакции (ПДР); чувство времени (ЧВ); время реакции на движущийся объект (РДО); объем внимания (Vвн); теппинг-тест (ТЕПП); экспертная оценка (ЭО).

Для выявления взаимосвязей экспертных оценок соревновательной и профессиональной надежности с показателями ПВК полученные результаты были подвергнуты интеркорреляционному анализу, на основании которого был построен ряд корреляционных плеяд. Показатель соревновательной надежности спортсменов-стрелков (по экспертной оценке) значимо коррелировал с показателями готовности к экстремному действию в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД) ($r=-0,752$, $-0,773$) (рисунок 1).

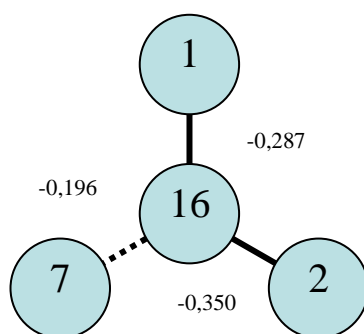


1 – Разность между средним арифметическим временем реагирования на экстренные сигналы и средним арифметическим временем реагирования на сигналы с предупреждением (Ргэд); 2 – Количество пропусков сигналов (Nгэд); 16 – Экспертная оценка соревновательной надежности (ЭО); $p<0,05$ при $r=0,680$; $p<0,01$ при $r=0,831$

Рисунок 1 – Основание корреляционной плеяды вокруг показателя экспертной оценки соревновательной надежности спортсменов-стрелков

Показатель профессиональной надежности деятельности МЛМД (по экспертной оценке) значимо коррелировал с показателями готовности к экстремному действию в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД – $r=-0,287$, $-0,350$); и эмоциональной устойчивости (ЭУ – $r=-0,196$), которые, в свою очередь, тесно взаимосвязаны с показателями ПВ ($r=0,229-0,664$), СДР ($r=0,196$; $0,316$), ПДР ($r=0,560$) (рисунок 2).

Представленные результаты свидетельствуют о значении выявленных ПВК для успешности соревновательной деятельности спортсмена-стрелка и профессиональной деятельности МЛМД и возможности их формирования средствами психолого-педагогической подготовки.



1 – Разность между средним арифметическим временем реагирования на экстренные сигналы и средним арифметическим временем реагирования на сигналы с предупреждением (Ргэд); 2 – Количество пропусков сигналов (Nгэд); 7 – Разница во времени выполнения смешанного поиска черных и красных чисел с помехами и без помех (Тэу); 16 – Экспертная оценка профессиональной надежности (ЭО); $p < 0,05$ при $r = 0,196$; $p < 0,01$ при $r = 0,258$

Рисунок 2 – Основание корреляционной плеяды вокруг показателя экспертной оценки профессиональной надежности МЛМД

По уровню профессиональной успешности, методом двухстепенного тройного деления (В.Л. Марищук, 2005) МЛМД были распределены в группы «лучшие», «средние», «худшие» (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели тестирования некоторых ПВК МЛМД с различным уровнем профессиональной надежности

| Показатели | | Группы МЛМД по результатам экспертных оценок | | | | |
|------------|-----|--|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|
| | | Лучшие (n=14) | Средние (n=81) | Худшие (n=5) | U (луч.- худ.) | p (луч.- худ.) |
| ГЭД | Р | 0,13±0,02 | 0,15±0,02 | 0,19±0,03 | 17 | >0,05 |
| | N | 0,71±0,31 | 1,37±0,14 | 2,17±0,55 | 11 | <0,05 |
| ЭУ | С* | 245,00±10,68 | 239,40±6,44 | 292,00±56,07 | 25 | >0,05 |
| | Тэу | 26,43±7,16 | 38,63±3,17 | 85,40±23,79 | 11 | <0,05 |
| | ош | 8,86±3,61 | 11,51±1,33 | 21,20±5,79 | 16 | <0,05 |

На основании сравнения результатов тестирования «лучших» и «худших» МЛМД по U-критерию Манна-Уитни выявлены статистически достоверные различия показателей готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД) и эмоциональной устойчивости (ЭУ) ($p < 0,05$). Это позволяет сделать вывод о более высоком уровне сформированности самоконтроля и саморегуляции в группе «лучших». Полученные результаты согласуются с корреляционными связями показателей готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов, эмоциональной устойчивости с экспертными оценками профессиональной надежности (см. рисунок 2).

В процессе деятельности ПВК выступают в роли тех внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия и требования деятельности

(С.Л. Рубинштейн, 2000), следовательно, формирование ПВК является узловым моментом формирования соревновательной надежности. Проведенный анализ позволяет экстраполировать результаты констатирующего эксперимента на содержание ПВК спортсменов-стрелков.

В третьей главе **«Анализ результатов применения педагогической технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации»** решена третья задача исследования. Обоснована, разработана и экспериментально апробирована технология «ФСНСС», выделены ее компоненты и представлены результаты ее применения.

Для проверки эффективности разработанной педагогической технологии были проведены две серии формирующего педагогического эксперимента по методу автоконтроля (Д. Сепетлиев, 1968). До начала эксперимента группа являлась контрольной, во время проведения эксперимента и после него – экспериментальной. В качестве исходного среза (диагностический компонент) рассматривались результаты 9 спортсменов-стрелков, полученные в ходе констатирующего эксперимента.

Технология «ФСНСС» включала пять взаимосвязанных компонентов.

Целевой компонент – формирование соревновательной надежности спортсмена-стрелка на основе актуализации сформированных ПВК, выделенных в ходе констатирующего эксперимента в учебно-тренировочном процессе и соревновательной деятельности, детерминировал включение психолого-педагогической подготовки в учебно-тренировочный процесс.

Содержательный компонент – методы и средства психолого-педагогической подготовки, отобранные на основе принципов обучения и спортивной тренировки, требований индивидуального подхода: моделирование экстремальных условий соревновательной деятельности для формирования представления структуры алгоритмов действий в критических ситуациях, адекватного деятельности; упражнения для формирования скорости переработки информации и устойчивости гностических функций; самооценки текущего состояния; способов саморегуляции, с помощью которых оптимизировалось формирование ПВК спортсменов-стрелков высокой квалификации.

Организационный компонент – реализация содержательного компонента во всех частях спортивной тренировки: подготовительной – актуализация сформированных представлений структуры комплекса действий в критических ситуациях; основной – формирование навыков и схем деятельности в учебно-тренировочном процессе с использованием разнообразных воздействий и помех, соответствующих соревновательной деятельности и требовавших проявления ПВК; заключительной – использование способов саморегуляции в комплексе с элементами идеомоторной (ИТ) и аутогенной (АТ) тренировок для эмоциональной разрядки и минимизации психического напряжения (рисунок 3). Кроме того, индивидуально с каждым спортсменом было проведено десять тренировок с

применением психодиагностического комплекса «Фильтр» в качестве тренажера.



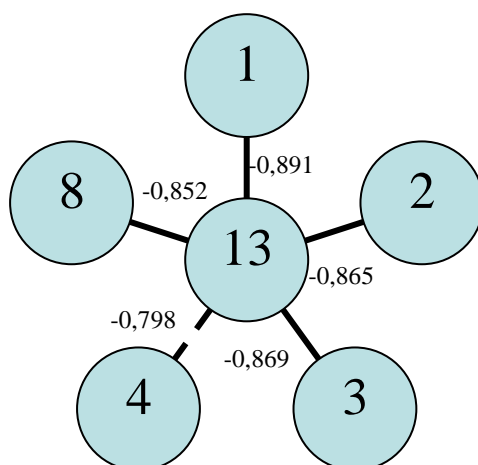
Рисунок 3 – Структура тренировки с использованием технологии ФСНСС

Операциональный компонент – поэтапное освоение навыков и умений выполнения деятельности в экстремальных условиях: приобретение гибких сенсомоторных схем действий, пространственно-временных структур комплекса управляющих действий в критических ситуациях; формирование умений стрельбы, сопряженных с умениями саморегуляции текущего состояния; сформированность ПВК, проявляемых в соревновательной деятельности.

Диагностический компонент – осуществление обратной связи: исходным и итоговым контролем степени выраженности и проявления ПВК по показателям аппаратной психодиагностики, анализа результатов соревнований. Текущий контроль осуществлялся с помощью педагогического наблюдения (включенного – на тренировках, контрольных стрельбах и прикидках с использованием автоматизированной системы контроля «ASCOR» и электронного тренажера «СКАТТ», диагностике ПВК); (невключенного – по самоотчетам спортсменов, результатам соревнований, оценкам тренера, экспертным оценкам), что позволило оценивать эффективность технологии и вносить необходимые коррекции в работу со спортсменом в ходе ее реализации.

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 (рисунок 4). Выявленные в констатирующем эксперименте корреляции изменились: связь показателя соревновательной надежности с показателем Ргэд усилилась, связь с показателем Ngэд исчезла – спортсмены перестали допускать ошибки.

В результате применения технологии «ФСНСС» у спортсменов-стрелков был сформирован комплекс ПВК, обеспечивающий соревновательную надежность и систему психической регуляции деятельности, предполагающую способность к сознательному управлению своими действиями и психическими состояниями в экстремальных условиях соревнований.



1 – Разность между средним арифметическим временем реагирования на экстренные сигналы и средним арифметическим временем реагирования на сигналы с предупреждением (Ргэд); 2 – Время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел (С); 3 – Время переключения внимания (Тпв); 4 – Время выполнения смешанного поиска черных и красных чисел при активных помехах (С*); 8 – Время простой двигательной реакции (ПДР); 13 – Экспертная оценка соревновательной надежности (ЭО); $p < 0,05$ при $r = 0,680$; $p < 0,01$ при $r = 0,831$

Рисунок 4– Основание корреляционной плеяды вокруг показателя экспертной оценки успешности деятельности спортсменов-стрелков

Позитивная динамика развития ПВК подтверждается экспертными оценками соревновательной надежности ($p < 0,01$). 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 (Vвн) 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 надежности профессиональной деятельности, и свидетельствует об ее эффективности. Применение технологии помогло спортсменам-стрелкам приобрести уверенность в успешности применения приобретенных умений, сохранения надежности в соревновательной деятельности. В процессе педагогического взаимодействия показатели, характеризующие уровень развития ПВК, позитивно изменились.

Апробация технологии ФСНСС в экстремальных условиях соревнований подтвердила ее высокую эффективность – спортсмены-стрелки показали высокие спортивные результаты (таблица 2), на что указывают призовые места на чемпионатах Европы и этапах Кубка Мира, различных соревнованиях международного ранга, установлены два национальных рекорда.

Таблица 2 – Результаты некоторых выступлений спортсменов-стрелков на соревнованиях различного ранга

| Упражнение | ПП2 | | МП5 | | ПП3 | | МП6 | |
|---------------------|------|--------------|------|--------------|------|----------------|------|----------|
| | очки | место | очки | место | очки | место | очки | место |
| ЭКМ 18-27.04.2002 | | | 585 | 3 | | | 562 | 8 |
| ЭКМ 28.05-2.06.2002 | 387 | 4 | 583 | 5 | | | 567 | 2 |
| ЭКМ 3-13.05.2003 | | | | | 579 | 6 | 555 | 3 |
| ЭКМ 3-11.06.2003 | | | | | 583 | 3 | | |
| ЧЕ 3-9.11.2003 | | | | | 582 | 2л(2к) | | |
| ЭКМ 4-10.05.2007 | | | | | 584 | 3 | | |
| ЭКМ 4-10.05.2007 | | | | | 583 | 2 | | |
| ЭКМ 15-24.04.2009 | | | | | 583 | 3 | | |
| 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) | | |

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

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основные научные результаты диссертации

1. Выявлено, что надежность в профессиональной деятельности обеспечивается не суммой независимых факторов, а достигается их тесным сочетанием и взаимодействием. Длительная монотонная, статическая работа спортсмена-стрелка, большое количество стартов, необходимость продолжительного сохранения действий высокой точности требуют устойчивости и сосредоточенности внимания, сильного напряжения нервной системы. Психическое напряжение поддерживается на протяжении выполнения упражнения, вызывая сильное утомление, являющееся причиной снижения бдительности – психического состояния готовности, что приводит к ошибкам. Необходимость противостоять монотонии, напряжению, утомлению, сохранять психическую устойчивость в течение всего времени соревновательной стрельбы является важной отличительной чертой этого вида спорта, а способность противостоять им – ПВК спортсмена-стрелка.

Соревновательная надежность спортсмена-стрелка представляет собой системное, интегральное качество, позволяющее эффективно выступать на ответственных соревнованиях в течение продолжительного времени и обеспечивается сформированностью ПВК: готовностью к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов, эмоциональной устойчивостью, ско-

ростью переработки информации, устойчивостью гностических функций, самоконтролем и саморегуляцией.

Разработка технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации обусловлена необходимостью повышения их результативности и минимизации возможностей «срыва» деятельности на основе выявленных ПВК [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29].

2. Соревновательная надежность спортсменов-стрелков высокой квалификации взаимосвязана с их ПВК. Выявлены общие характеристики деятельности спортсмена-стрелка высокой квалификации и специалистов, деятельность которых реализуется в условиях монотонно действующих факторов (по условиям эксперимента МЛМД), определяемые преобладанием интеллектуальных компонентов деятельности, незначительной двигательной активностью, необходимостью длительное время поддерживать высокую готовность к экстренному действию в условиях монотонно действующих факторов, сохранять устойчивость к стрессогенным воздействиям. Оценка сформированности ПВК спортсменов-стрелков высокой квалификации и ПВК МЛМД осуществлялась с помощью применяемых для проведения психофизиологических обследований методик, перечисленных в разделе 2.2. Все полученные результаты были подвергнуты корреляционным анализам. Выявленные статистически значимые корреляции показателя соревновательной надежности спортсменов-стрелков и показателя профессиональной надежности работы МЛМД с показателями готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов («Готовности...») подтвердили возможность выделения «Готовности...» как ПВК для спортсменов-стрелков и МЛМД. У МЛМД показатель профессиональной надежности тесно связан с показателями эмоциональной устойчивости, которые коррелируют с показателями переключения внимания, простой и сложной двигательной реакции. В констатирующем эксперименте у спортсменов-стрелков эти связи выявлены не были.

Установлено, что в условиях монотонно действующих факторов результативнее спортсмены-стрелки со слабой нервной системой, в напряженной ситуации лучше себя проявляют спортсмены-стрелки с более сильной нервной системой (по показателям теппинг-теста). У МЛМД статистически значимых связей показателя теппинг-теста не обнаружено. МЛМД, отнесенные к группе «лучших», по сравнению с «худшими», имели статистически значимое преимущество по результатам тестирования «Готовности...» и эмоциональной устойчивости, но в результатах выполнения теппинг-теста их нет, то есть при любом типе нервной системы можно добиваться высоких результатов в профессиональной деятельности [5, 6, 8, 9, 11, 13, 16, 21, 27, 28, 29].

3. Разработана технология формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков (ФСНСС), понимаемая как целенаправленное формирование ПВК, индивидуальных приемов, способов и их последовательности, обеспечивающих спортсмену сохранение заданных параметров деятельности в сложных условиях. Технология «ФСНСС» включает следующие компоненты:

– **целевой** – системообразующий фактор – формирование соревновательной надежности спортсменов-стрелков на основе сформированных профессионально важных качеств;

– **содержательный** – реализация, в соответствии с индивидуальными учебно-тренировочными планами, методов и средств психолого-педагогической подготовки, среди которых: моделирование экстремальных условий соревновательной деятельности для формирования адекватного представления структуры алгоритмов действий в критических ситуациях; упражнения для формирования скорости переработки информации и устойчивости гностических функций, самооценки текущего состояния, способов саморегуляции, с помощью которых оптимизировалось ПВК спортсменов-стрелков высокой квалификации;

– **организационный** – использование в учебно-тренировочных занятиях разнообразных воздействий и помех, соответствующих соревновательной деятельности, методов и средств психолого-педагогической подготовки для повышения готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов, эмоциональной устойчивости, концентрации внимания, саморегуляции, снятия психического напряжения; 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 ПВК в соревновательной деятельности;

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

Доказана возможность формирования соревновательной надежности применением технологии «ФСНСС» на основании сопоставления результатов

исходного и итогового тестирований, продемонстрировавшего значимые положительные изменения ($p < 0,01-0,05$) в показателях ПВК: готовности к экстренным действиям в условиях монотонно действующих факторов (ГЭД), переключения внимания (ПВ), эмоциональной устойчивости (ЭУ), сложной двигательной реакции (СДР), простой двигательной реакции (ПДР), объема внимания (Vвн), экспертной оценки соревновательной надежности (ЭО), что доказывает ее эффективность.

Результаты итогового тестирования спортсменов-стрелков были также подвергнуты корреляционному анализу, выявившему статистически значимые связи показателя соревновательной надежности с показателями ПВ, ЭУ, ПДР, отсутствовавшими до применения технологии, связь с показателем ГЭД стала более тесной, следовательно, применение технологии «ФСНСС» способствовало формированию указанных ПВК, что еще раз подчеркивает правомерность целенаправленного формирования соревновательной надежности.

Эффективность технологии «ФСНСС» подтверждают призовые места на различных соревнованиях международного ранга и завоеванные лицензии на Олимпийские игры, подтвержденные актами внедрений [2, 3, 5, 7, 8, 12, 18, 20, 21, 22, 28, 29].

Рекомендации по практическому использованию результатов

В результате обобщения литературы, практического опыта подготовки спортсменов-стрелков высокой квалификации, данных собственных исследований представлена технология формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации, направленная на формирование профессионально важных качеств. Результаты исследования могут использоваться в учебно-тренировочном и соревновательном процессе 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 ПВК.

2. Целенаправленное развитие ПВК способствует дополнительному росту технического мастерства. ПВК естественно развиваются в ходе совершенствования техники и тактики, однако в подготовке спортсмена-стрелка высокой квалификации следует использовать различные условия, моделирующие сорев-

новательную деятельность, приемы и задания, способствующие более эффективному проявлению этих качеств.

3. Развитие ПВК следует проводить в определенной последовательности: в начале необходимо повысить уровень устойчивости к условиям монотонно действующих факторов и монотонной работы, затем уровни переключения внимания и эмоциональной устойчивости, после чего сформировать навыки и гибкие схемы действий в экстремальных ситуациях соревновательного характера.

4. Использовать разработанную электронную версию «Индивидуальная карта результатов обследования по методикам психологического профотбора» [рацпредложение №251 от 04.01.2002] для наглядного оформления результатов тестирования индивидуально-типологических особенностей и ПВК спортсмена.

5. При профессиональном отборе спортсменов-стрелков необходимо учитывать устойчивость к психическим состояниям, возникающим в ходе спортивной деятельности: психического напряжения, утомления, монотонии.

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ СОИСКАТЕЛЯ

Статьи в журналах и сборниках

1. Маришук, Л.В. О психологических и психофизиологических механизмах некоторых компонентов подготовки спортсменов / Л.В. Маришук, Е.В. Мельник, **В.М. Заика** // Ученые записки: сб. науч. тр. / Белорус. гос. акад. физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГАФК, 2003. – Вып. 6. – С. 104–111.

2. Заика, В.М. Психологическая подготовка спортсменов-стрелков в соревновательном периоде / В.М. Заика // Мир спорта. – 2005. – № 4. – С. 61–64.

3. Заика, В.М. Влияние психологической подготовки на надежность спортивной деятельности / В.М. Заика // Мир спорта. – 2006. – № 1. – С. 17–20.

4. Заика, В.М. Индивидуальный подход в подготовке спортсмена-стрелка = Individual approach in preparation of the sportsman an arrow / В.М. Заика // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / ХГАДИ (ХХПИ). – Харьков, 2006. – № 1. – С. 19–23.

5. Заика, В.М. Психологические факторы надежности стрелка / В.М. Заика // Мир спорта. – 2007. – № 2. – С. 71–74.

6. Дудар, А.А. Практический опыт локомотивного депо Брест: о некоторых путях повышения профессиональной надежности машиниста локомотива / А.А. Дудар, А.Р. Жемжицкий, **В.М. Заика** // Локомотив-информ. – 2009. – № 1-2. – С. 56–59.

7. Заика, В.М. Технология формирования профессионально-важных качеств для повышения профессиональной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации / В.М. Заика // Мир спорта. – 2009. – № 2. – С. 20–25.

8. Заика, В.М. Профессиональная надежность машиниста – залог эффективной работы в экстремальных условиях / В.М. Заика // Локомотив-информ. – 2009. – № 5-6. – С. 48–49.

9. Заика, В.М. Анализ результатов констатирующего эксперимента с машинистами / В.М. Заика // Локомотив-информ. – 2009. – № 7-8. – С. 46–49.

10. Заика, В.М. Профессиональное развитие и обучение работников локомотивных депо / В.М. Заика // Локомотив-информ. – 2010. – № 1. – С. 54–55.

Материалы конференций

11. Заика, В.М. Предупреждение негативных последствий эмоционального стресса у машинистов магистрального локомотива / В.М. Заика // Адаптация к профессиональной деятельности как психолого-педагогическая проблема: ме-

тодологические основания, пути и способы решения: материалы Междунар. науч.-практ. конф.: в 4 ч. / Баранович. гос. высш. пед. колледж; редкол.: Л.Ф. Мирзаянова (гл. ред.) [и др.]. – Барановичи: БГВПК, 2001. – Ч. 1. – С. 258–262.

12. Заика, В.М. Инновационное обучение и акмеологический подход / В.М. Заика // Образовательный процесс в физкультурном вузе: теория и практика: Междунар. науч.-методич. конф. / Белорус. гос. акад. физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (председатель) [и др.]. – Минск: БГАФК, 2003. – С. 47–48.

13. Заика, В.М. Проблема профессиональной надежности машиниста локомотива / В.М. Заика // Адаптация к профессиональной деятельности как психолого-педагогическая проблема: методологические основания, пути и способы решения: материалы II Междунар. науч.-практ. конф.: в 3 ч. / Баранович. гос. высш. пед. колледж; редкол.: Л.Ф. Мирзаянова (гл. ред.) [и др.]. – Барановичи: БГВПК, 2003. – Ч. 1. – С. 242–246.

14. Заика, В.М. Средства от стресса / В.М. Заика // Актуальные проблемы здорового образа жизни в современном обществе: материалы Междунар. науч.-практ. конф. / Бел. гос. акад. физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (председатель) [и др.]. – Минск: БГАФК, 2003. – С. 30.

15. Заика, В.М. Стресс и успешность деятельности спортсмена в соревнованиях / В.М. Заика, В.Ф. Кайдалов // Психологическое здоровье в контексте развития личности: материалы Республ. науч.-практ. конф., 30-31 янв. 2004 г. – Брест: БрГУ им. А.С. Пушкина, 2004. – С. 54–56.

16. Заика, В.М. Психологические аспекты надежности в спорте / В.М. Заика // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту: материалы VII Междунар. науч. сессии БГУФК и НИИФКиС Республики Беларусь по итогам науч.-исслед. работы за 2003 г., Минск, 6–8 апр. 2004 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2004. – С. 354–355.

17. Заика, В.М. Роль физических упражнений в процессе жизнедеятельности человека / В.М. Заика, В.Ф. Кайдалов // Забавы і гульні у структуры правядзення часу насельніцтва: зб. матэрыялаў Рэгіян. навук.-практ. канф., 2–4 крас. 2004 г. – Брэст: БрДУ імя А.С. Пушкіна, 2004. – С. 65–66.

18. Заика, В.М. Проблема усвоения материала / В.М. Заика // Инновационные процессы в физкультурном образовании: опыт, проблемы, перспективы: материалы II Междунар. науч.-метод. конф., 20 янв. 2005 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск: БГУФК, 2005. – С. 240.

19. Заика, В.М. Психологическая подготовка в спорте / В.М. Заика // Материалы 2 Междунар. науч.-практ. конф., 3–4 февр. 2005 г. / Брест. гос. ун-т, психол.-педагог. фак., каф. психологии. – Брест: БрГУ, 2005. – С. 90–91.

20. Заика, В.М. Проблема оптимального состояния в стрелковом спорте / В.М. Заика // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XI Междунар. науч. конгр., Минск, 10-12 окт. 2007 г.: в 4 ч. – Секция: Актуальные проблемы теории и методики подготовки спортсменов / редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2007. – Ч. 1. – С. 111–114.

21. Заика, В.М. Психологическая подготовка как фактор повышения соревновательной надежности стрелка / В.М. Заика // Профессиональное педагогическое образование студентов вуза: проблемы и перспективы (научно-педагогическая школа М.Е. Кобринского): материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 14 мая 2008 г.: в 2 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2008. – Ч.1. Содержание профессионального педагогического образования и инновационные образовательные технологии, информационные и коммуникационные технологии в высшей школе. – С. 117–119.

22. Заика, В.М. Обоснование разработки технологии формирования соревновательной надежности для спортсменов-стрелков высокой квалификации / В.М. Заика // Международная научно-практическая конференция государств – участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 27–28 мая 2010 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2010. – Ч. 2. – С. 61–63.

Тезисы докладов

23. Марищук, Л.В. Оптимальное состояние и пути его достижения в стрелковом спорте / Л.В. Марищук, **В.М. Заика** // Олимпийский спорт и спорт для всех: тез. докл. V Междунар. науч. конгр., Минск, 5-7 июня 2001 г. / Белорус. гос. акад. физ. культуры; редкол.: М.Е. Кобринский (председатель) [и др.]. – Минск: БГАФК, 2001. – С. 439.

24. Марищук, Л.В. О психологических и психофизиологических механизмах некоторых компонентов подготовки спортсменов / Л.В. Марищук, Е.В. Мельник, **В.М. Заика** // Вопросы развития массовых видов спорта, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре: тез. докл. факультетской науч. конф. по итогам научно-исследовательской работы за 2000 год, Минск, 27 и 29 марта 2001 г. / Белорус. гос. акад. физ. культуры; под общ. ред. М.И. Корбита. – Минск: БГАФК, 2001. – С. 80–81.

25. Заика, В.М. Стрелковый спорт и свойства нервной системы / В.М. Заика // Физическая культура, спорт и здоровье молодежи в III тысячелетии: тез.

докл. III Регион. науч.-практ. конф., Брест, 19 апреля 2002 г. / Брест. гос. ун-т им. А.С. Пушкина. – Брест: БрГУ им. А.С. Пушкина, 2002. – С. 43.

26. Заика, В.М. Проблема надежности в спорте / В.М. Заика // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и современного олимпийского движения: тез. докл. IV Регион. науч.-практ. конф., Брест, 12 мая 2004 г. / Брест. гос. ун-т, фак. физ. воспитания [и др.]; редкол.: Н.И. Приступа (председатель) [и др.]. – Брест: БРГУ, 2004. – С. 27.

Методические рекомендации

27. Заика, В.М. Методические рекомендации для локомотивных бригад по предупреждению и преодолению негативных последствий эмоционального стресса / В.М. Заика. – Брест: Брестская типография, 2002. – 24 с.

28. Заика, В.М. Методические рекомендации для спортсменов-стрелков высокой квалификации / В.М. Заика, В.Н. Кукарцев, В.И. Хотько; под ред. В.М. Заика. – Брест: Брестская типография, 2002. – 16 с.

29. Заика, В.М. Методические рекомендации для спортсменов-стрелков по предупреждению и преодолению эмоционального стресса / В.М. Заика. – Брест: Альтернатива, 2007. – 24 с.

РЭЗІЮМЭ

Заіка Віктар Міхайлавіч

Фарміраванне спаборніцкай надзейнасці спарцменаў-стралкоў высокай кваліфікацыі

Ключавыя словы: спаборніцкая надзейнасць, прафесійна важныя якасці, спарцмены-стралкі, педагагічная тэхналогія, стан, стралковы спорт, псіхалага-педагагічная падрыхтоўка.

Мэта даследавання – навуковае абгрунтаванне педагагічнай тэхналогіі фарміравання спаборніцкай надзейнасці спарцменаў-стралкоў высокай кваліфікацыі ў вучэбна-трэніровачным працэсе.

Метады даследавання і апаратура: тэарэтыка-бібліяграфічны аналіз; вывучэнне дакументаў; супастаўленне незалежных характарыстык; педагагічнае назіранне (уключанае і няўключанае); апытальныя метады (гутарка з трэнерамі, спарцменамі, машыністамі-інструктарамі, машыністамі); педагагічны эксперымент (які канстатуе і фарміруе); псіхалагічнае тэсціраванне з выкарыстаннем комплексу Фільтр; метады матэматычнай статыстыкі.

Атрыманыя вынікі і іх навізна заключаюцца ў тэарэтычным абгрунтаванні магчымасці і тэхналогіі мэтанакіраванага фарміравання спаборніцкай надзейнасці спарцменаў-стралкоў высокай кваліфікацыі ў вучэбна-трэніровачным працэсе. У выніку яе ўжывання павялічыўся ўзровень спаборніцкай надзейнасці спарцменаў-стралкоў высокай кваліфікацыі і палепшаны іх спартыўныя вынікі.

Рэкамендацыі па выкарыстанні атрыманых вынікаў: мэтазгодна ўжываць у навучальна-трэніровачным і спаборніцкім працэсе педагагічную тэхналогію фарміравання спаборніцкай надзейнасці спарцменаў-стралкоў высокай кваліфікацыі.

Сфера выкарыстання: вучэбна-трэніровачны і спаборніцкі працэсы, прафесійны адбор будучых спарцменаў-стралкоў, спецыялізаваныя дзіцяча-юнацкія школы алімпійскага рэзерву, школы вышэйшага спартыўнага майстэрства, іншых вышэйшых і сярэдніх спецыяльных навучальных устаноў спартыўнага профілю.

РЕЗЮМЕ

Заика Виктор Михайлович

Формирование соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации

Ключевые слова: соревновательная надежность, профессионально важные качества, спортсмены-стрелки, педагогическая технология, состояние, стрелковый спорт, психолого-педагогическая подготовка.

Цель исследования: научное обоснование педагогической технологии формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации в учебно-тренировочном процессе.

Методы исследования и аппаратура: теоретико-библиографический анализ; изучение документов; сопоставление независимых характеристик; педагогическое наблюдение (включенное и невключенное); опросные методы (беседы с тренерами, спортсменами, машинистами-инструкторами, машинистами); педагогический эксперимент (констатирующий и формирующий); психологическое тестирование с использованием комплекса «Фильтр»; методы математической статистики.

Полученные результаты и их новизна заключаются в теоретическом обосновании возможности и технологии целенаправленного формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации в учебно-тренировочном процессе. В результате ее применения повысился уровень соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации и улучшены их спортивные результаты.

Рекомендации по использованию: целесообразно применять в учебно-тренировочном и соревновательном процессе педагогическую технологию формирования соревновательной надежности спортсменов-стрелков высокой квалификации.

Область применения: учебно-тренировочный и соревновательный процессы, профотбор будущих спортсменов-стрелков, специализированные детско-юношеские школы олимпийского резерва, школы высшего спортивного мастерства, других высших и средних специальных учебных заведений спортивного профиля.

SUMMARY

Victor M. Zaika

Competitive Reliability Formation in Highly Qualified Sports Shooters

Key words: competitive reliability, professionally significant qualities, sports shooters, a pedagogical technology, state, sports shooting, psychological and pedagogical training.

Research goal: scientific substantiation of a pedagogical technology of competitive reliability formation in highly qualified sports shooters in an educational and training process.

Research methods and apparatus: a theoretical and bibliographic analysis; documents study; independent characteristics comparison; pedagogical supervision (included and not included); Q methods (discussion with coaches, athletes, operators-instructors, operators); pedagogical experiment (ascertaining and forming); psychological testing with application of a complex Filter; methods of mathematical statistics.

Results obtained and their novelty: consists in theoretical substantiation of possibility and technology of purposeful competitive reliability formation in highly qualified sports shooters in an educational and training process. Its application resulted in enhancing of competitive reliability of highly qualified sports shooters and their sports performance improvement.

Application recommendations: it is expedient to apply the pedagogical technology of competitive reliability formation in highly qualified sports shooters in educational-training and competitive processes.

Application area: educational-training and competitive processes, professional selection of the future sports shooters, specialized children and youth's schools of Olympic reserve, schools of higher sports skills, and other higher and secondary special educational institutions of a sports profile.



Подписано в печать 15.04.2011. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 1,51. Уч.-изд. л. 1,46. Тираж 60 экз. Заказ 18.

Отпечатано с готового оригинал-макета в редакционно-издательском отделе
учреждения образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
ЛП № 02330/0552705 от 30.07.2009.

Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.