

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Збірник наукових праць
Волинського державного університету
імені Лесі Українки



ЛУЦЬК
1999
ПІДПРИЄМСТВО
"MEDIA"

21. Владислав Мочернюк	1002
МОДЕЛІ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ВАЖКОАТЛЕТІВ НАЙВИЩОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	
22. Мудрик Жанна	1006
ОБГРУНТУВАННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПОБУДОВИ ПЕРЕДЗМАГАЛЬНОГО МЕЗОЦИКЛУ КВАЛІФІКОВАНИХ ЛЕГКОАТЛЕТОК-БАГАТОБОРОК	
23. Пантелеева Е. И., Доценко А. Э.	1009
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЕ ОБУЧЕНИЕ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ *ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ* В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ	
24. Пантелеева Е. И., Доценко А. Э.	1015
ПРИМЕНЕНИЕ РИТМИЧЕСКОЙ МНОГОКАНАЛЬНОЙ ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИИ МЫШЦ ДЛЯ ВОССТАНОЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГОДИЧНОГО ЦИКЛА ПОДГОТОВКИ	
25. Прокопчук Олег	1018
ПРО ДЕЯКІ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТИВНИХ РЕЗЕРВІВ	
26. Пшыбыльски В., Лисенчук Г., Стула А.	1024
КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ И КАЧЕСТВЕННЫЕ КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ СПЕЦИАЛЬНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ФУТБОЛИСТОВ В ЭРГОМЕТРИЧЕСКИХ ТЕСТАХ	
27. Пшыбыльски В., Стула А., Лисенчук Г., Следзевски Д.	1029
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ФУТБОЛИСТОВ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА	
28. Рябуха О.І., Пелехатий Р.М.	1032
ЗАСТОСУВАННЯ СКРИНІНГ-ТЕСТІВ В ДОСЛІДЖЕННІ ВЕСТИБУЛЯРНОЇ ФУНКЦІЇ У МОЛОДИХ БОРЦІВ	
29. Рябуха О.І., Пелехатий Р.М.	1035
ЕКСПРЕС-ДОСЛІДЖЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ВЕСТИБУЛЯРНОЇ СИСТЕМИ ШТАНГІСТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ СКРИНІНГ-ТЕСТІВ	
30. Савчин Станислав	1039
ТРЕНИРОВОЧНЫЕ НАГРУЗКИ СОВРЕМЕННОЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ В ПРЕДСТАВЛЕНИИ ПОЛЬСКИХ И УКРАИНСКИХ ТРЕНЕРОВ	

Шутова Светлана
г. Киев

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Высокий уровень развития волевых качеств баскетболиста является важнейшим условием для достижения победы в ответственных спортивных соревнованиях. Характерные особенности современного баскетбола, такие как готовность к смелым решениям и определённому риску в экстремальной ситуации, необходимость в ответственные моменты взять игру на себя, доказывая своё преимущество перед соперником не столько с помощью физических усилий, сколько на основе проявления самообладания, выдержки, упорства; умение преодолевать различные отрицательные эмоциональные состояния требуют от спортсменов высокой организованности, расчётливости, выдержки и хладнокровия. Имеются многочисленные примеры, в практике соревнований по баскетболу, когда хорошо физически и технически подготовленные команды терялись в трудные минуты и терпели досадные поражения от соперников, уступающих им во всём, кроме волевых качеств (И. Н. Преображенский 1962, А. В. Родионов, В. И. Воронова 1989).

Воля и её сила определяются не только стремлением и силой спортсмена, но и умением преодолеть отрицательные эмоции, в виде которых переживаются психические и физические напряжения, вызываемые постоянным участием в различных соревнованиях (Ю. Ю. Палайма 1961). Добиться успеха в стрессовых ситуациях спортсмен сможет только в том случае, если сумеет эффективно управлять своим эмоциональным состоянием (Б. Дж. Кретти 1978). Как известно, важную роль в таких случаях играют волевые качества спортсмена.

В баскетболе на протяжении всей игры требуется проявление всех основных волевых качеств: целеустремлённости, настойчивости и упорства, решительности и смелости, инициативности и самостоятельности, выдержки и самообладания. Так, в позиционном нападении особо необходимо проявление таких волевых качеств, как настойчивости, упорства, выдержки, инициативности. Причём, если эти качества требуются для игры в позиционном нападении, то, безусловно они и развиваются при выполнении таких игровых операций. В персональной опеке ничто так не определяет успех как "спортивный характер", воля игрока (А. В. Родионов, В. И. Воронова 1989).

Так же, установлено, що різновидності проявлення волі в формі різних волевих якостей в своїй основі мають різноманітну динаміку протекання нервових процесів в корі головного мозку. Так, к прикладу силу збудительного процесу прийнято вважати основною таких якостей, як наполегливість, сила волі (А. Ф. Глузов 1967).

Багаточисленні спостереження за поведінкою і діями гравців, за висновком Г. В. Замітина 1962, свідчать, що у одного і того ж баскетболіста в різних ігрових ситуаціях рішучість, як здатність людини швидко приймати обдумані рішення і твердо, без зайвих коливань, перетворити їх в життя, виявляється не в однаковій мірі, а в залежності від ампліа і кваліфікації гравців.

За висновком керівників спеціалістів в області волевої підготовки спортсменів, для формування оптимального рівня проявлення волевих якостей у баскетболістів необхідно розвивати здатність подолати труднощі і перешкоди, що стоять на шляху досягнення перемоги над суперником (К. П. Жаров 1976, І. Н. Преображенський 1962, Стамбулова Н. Б. 1988). В баскетболі такими труднощами виступають швидко змінювана і різноманітна за своєю складністю обстановка дій, що вимагає постійного рішення всіх нових і нових завдань різними техніко-тактичними прийомами, а також загальна швидкість ходу гри (Ю. Ю. Палайма 1961). Як ознака цієї здатності виступають волеві зусилля, що проявляються в умінні спортсмена мобілізувати резервні можливості організму в конкретних умовах змагань і навчально-тренувального процесу. Однак характер і сила таких перешкод і труднощів не є однаковими для баскетболістів на різних етапах спортивного вдосконалення, що в свою чергу вимагає точних знань об рівні проявлення волевих якостей відносно різних кваліфікаційних груп баскетболістів, що дозволяють індивідуалізувати волеву підготовку спортсменів, з метою підвищення ефективності їх змагальної діяльності.

Мета дослідження визначити значимість і рівень проявлення різних волевих якостей, що забезпечують ефективність змагальної діяльності баскетболістів на різних етапах спортивного вдосконалення.

Дослідження проводилися в період 1995-1998г. В даних дослідженнях взяли участь 95 баскетболістів різної кваліфікації, в тому числі, спортсмени новачки, спортсмени III, II і I (дорослих) ступенів, кандидати в майстри спорту (Юніори), майстри спорту (Збірна України).

В процесі досліджень нами вивчалися наступні волеві якості: цілеспрямованість, наполегливість і упорство, сміливість і рішучість.

инициативность и самостоятельность, самообладание и выдержка, по параметрам выраженности и генерализованности.

Для осуществления поставленной цели применялись следующие методы исследований:

1. Изучение и анализ научной и научно-методической литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Педагогическое тестирование.
4. Лабораторный эксперимент с использованием психодиагностической методики на определение уровня развития волевых качеств: "Самооценка волевых качеств".

методики на определение уровня развития волевых качеств: "Самооценка волевых качеств".

С целью выяснения значимости различных волевых качеств для эффективности соревновательной деятельности баскетболистов различных квалификаций был проведён корреляционный анализ между результатами их педагогического и психологического тестирования. В результате нами выявлены волевые качества, как характерные для каждой квалификационной группы баскетболистов, так и являющиеся наиболее значимыми и общими для большинства рассматриваемых групп спортсменов.

Результаты проведённых нами исследований свидетельствуют о том, что у баскетболистов практически всех квалификационных групп, существует прямая связь между эффективным выполнением различных педагогических тестов и уровнем проявления определённых волевых качеств. Исключением являются баскетболисты III взрослого разряда, по результатам которых не выявлена значимая корреляционная связь между результатами педагогического тестирования и уровнем проявления различных волевых качеств. Возможно, это связано с тем, что на данном этапе становления спортивного мастерства баскетболистов внимание, преимущественно уделяется формированию технико-тактических действий, что требует в первую очередь необходимого уровня развития и проявления психомоторных показателей специальных способностей спортсмена. У начинающих спортсменов было выявлено 3 корреляционные связи между различными педагогическими показателями и волевыми качествами. Так, обнаружены корреляционные связи между процентом попадания бросков мяча в корзину и выраженностью и генерализованностью волевых качеств настойчивости и упорства ($r=-0.44$; $r=-0.57$). Так же, у этой группы баскетболистов выявлена взаимосвязь между эффективностью выполнения штрафных бросков и выраженностью волевых качеств самообладания и выдержки ($r=-0.55$). Отрицательные коэффициенты корреляции свидетельствуют, что начинающие баскетболисты не адекватно оценивают себя, желая достичь более высокого результата в баскетболе. У баскетболистов II взрослого разряда, по сравнению с другими квалификационными группами баскетболистов, было выявлено наибольшее

кількість кореляційних зв'язків між різними педагогічними показателями і рівнем проявлення певних волевих якостей. Так, показник вираженості волевих якостей смелості і рішучості пов'язаний з відсотком попадання штрафних м'ячів у кошик ($r=0.70$), і з ефективністю виконання штрафних м'ячів ($r=0.56$). Показник волевих якостей наполегливості і упорства корелює з відсотком м'ячів у кошик ($r=0.56$). Значення вираженості волевих якостей самостійності і ініціативності має кореляційну зв'язь з результатами трьох педагогічних тестів, а саме з ефективністю штрафних м'ячів ($r=0.54$), з результатами тестів "Бег 8x28" ($r=-0.60$) і "Защитные перемещения" ($r=-0.61$). Показник генералізованості волевих якостей самостійності і ініціативності пов'язаний з ефективністю виконання штрафних м'ячів ($r=0.58$). Можливо передбачити, що в період становлення спортивного майстерства на рівні II дорослого розряду вимагаються найбільш значущі волеві зусилля для забезпечення ефективної змагальної діяльності баскетболістів. У баскетболістів I дорослого розряду виявлено одну кореляційну зв'язь між ефективністю штрафних м'ячів і генералізованістю волевих якостей смелості і рішучості ($r=-0.43$). Від'ємний коефіцієнт кореляції свідчать, що баскетболісти розглянутої кваліфікаційної групи не адекватно оцінюють себе, бажаючи досягти більш високого результату в баскетболі. У кандидатів в майстра спорту по баскетболу (Юніорів), так само виявлено одну кореляційну зв'язь між вираженістю волевих якостей наполегливості і упорством ($r=0.42$). У кандидатів в майстра спорту по баскетболу (Команди Вищої Ліги) виявлено 3 кореляційні зв'язі між результатами різних педагогічних тестів і показниками 2-х волевих якостей. Це передусім, виявлено зв'язь показника вираженості волевого якості цілеспрямованості з відсотком попадання м'ячів у кошик ($r=0.57$), і виконанням тесту "Защитные перемещения" ($r=-0.64$); а так само зв'язь показника вираженості волевих якостей ініціативності і самостійності з відсотком попадання м'ячів у кошик ($r=0.62$). У майстрів спорту по баскетболу були виявлені 2 кореляційні зв'язі, в частині з результатами штрафних м'ячів пов'язані показники 2-х волевих якостей, таких як генералізованість волевого якості цілеспрямованості ($r=0.57$) і значення вираженості волевих якостей наполегливості і упорства ($r=0.61$).

Таким чином, необхідно відзначити, що на ефективність змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації впливають достатньо різні волеві якості, характерні

отдельно для каждой квалификационной группы баскетболистов; за исключением показателя выраженности волевых качеств настойчивости и упорства, влияние которого встречается у большинства, а именно четырёх квалификационных групп баскетболистов, что позволяет определять его как наиболее значимый и общий показатель для рассматриваемых нами квалификационных групп баскетболистов.

В результате данных исследований сделаны следующие выводы :

1. На эффективность соревновательной деятельности баскетболистов различной квалификации могут оказывать влияние показатели выраженности и генерализованности таких волевых качеств как: целеустремленности, смелости и решительности, настойчивости и упорства, инициативности и самостоятельности, а так же показатель выраженности волевых качеств самообладания и выдержки.

2. При становлении и совершенствовании спортивного мастерства баскетболистов различной квалификации целесообразно руководствоваться комплексом выявленных волевых качеств, характерных для каждой отдельно взятой квалификационной группы баскетболистов.

3. При планировании и реализации психологической подготовки баскетболистов различной квалификации, необходимо учитывать знания об общих особенностях уровня проявления доминирующих волевых качеств.

ЛИТЕРАТУРА

1. Егупов А. Ф. Индивидуально-типологические особенности силы нервной системы в максимальной физической работе спортсменов // Психологические вопросы спортивной тренировки. - М.: Ф и С, 1967. - С. 30-31.

2. Жаров К. П. Волевая подготовка спортсменов. - М.: Ф и С, 1976. - 151с.

3. Замитин Г. В. Опыт экспериментального исследования решительности у баскетболистов // Проблемы спорта. - М.: Ф и С, 1962. - С. 277-284.

4. Кретти Брайнс Дж. Психология в современном спорте: Пер. с англ. - М.: Ф и С, 1978. - 224с.

5. Палайма Ю. Ю. Развитие инициативности, самостоятельности и решительности баскетболистов в процессе спортивной тренировки: Автореф. дис...канд. наук по физическому воспитанию и спорту: 24.00.01/ ГЦОЛИФК. - М., 1961. - 19с.

6. Преображенский И. Н. О волевой подготовке баскетболистов // Проблемы спорта. - М.: Ф и С, 1962. - С. 248-261.

7. Родионов А. В., Воронова В. И. Психологические основы подготовки баскетболистов. - М.: Здоровье, 1989. - 136 с.

8. Стамбулова Н. Б. О формировании спортивно важных психических свойств спортсмена // Психологическое обеспечение спортивной деятельности. Междуу. сб. научн.тр. - Л.: 1988. - с.20-29.

АНОТАЦІЯ

У статті розглядаються особливості виявлення вимогих якостей, які забезпечують ефективність змагальної діяльності баскетболістів різної кваліфікації.

ANNOTATION

In the article the peculiarities of revealing volitional capacities which ensure the effectiveness of the competitive activity of basketball players of different levels of qualification are being considered.

Эндер Ежи
г. Щецин
Стула Александр
г. Гожув Влп.

ДИНАМИКА ИЗМЕНЕНИЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ФУТБОЛИСТОВ НА РАННЕМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

С начала своего существования спортивные классы подвергались наблюдениям и многочисленным исследованиям (ин., Эндер 1984, 1990, Стула 1989, 1994, 1995). Тематику исследований можно разделить на: общепедагогические (Рачек 1989, Прус и сотр. 1997 и др.), спортивно-педагогические (Шона и сотр. 1996, Платонов 1990), медико-биологические (Рачек 1989, Шона и сотр. 1996, Козловски 1987, Драбик 1989). В области последних находятся исследования, включающие физическое развитие и уровень физической подготовки.

Двигательная активность и ее специфика (обусловленность) в значительной степени отражаются на функциональных свойствах, особенно в период онтогенеза их формирования (Козловски 1987, Кубица 1995 и др.). В физической культуре и спорте, особенно в теории спортивной тренировки, вопросы исследований, концентрируются на влиянии тренировки (физической нагрузки) на уровень и динамику изменений отдельных функциональных систем организма и двигательных способностей (Шона 1983, Шона и сотр. 1996, Рачек 1989). Тем не менее сказывается отсутствие данных, определяющих показатели приспособления организма (результатов тренировки) школьной молодежи в отдельных видах спорта. Поэтому целью данной работы было определение уровня физического развития мальчиков, занимающихся футболом (на ранних этапах спортивной подготовки), а также получение информации о том, есть ли разница в исследуемом развитии между отдельными возрастными категориями.