

Луганский К.А.
ДЮСШ № 6, Тула

ОСОБЕННОСТИ РЕАКЦИИ ВЫБОРА БАСКЕТБОЛИСТАМИ КОМАНД РАЗНОГО ВОЗРАСТА И ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Аннотация. В статье дается сравнительный анализ умений быстро различать необходимую визуальную информацию в сложной игровой обстановке и выполнять тактические действия в баскетболе на основе ее оценки. Дается характеристика принятия решения и скорость реакции выбора в баскетбольных командах различной квалификации и возраста.

Ключевые слова: реакция выбора, студенты, подростки, ошибки, скорость принятия решения.

Lugansky K.A.
Children's and Youth Sports School № 6, Tula

FEATURES REACTION BASKETBALL PLAYERS OF ALL AGES AND READINESS

Annotation. The article gives a comparative analysis of the skills needed to quickly distinguish between the visual information in a complex game environment, and perform tactical actions of basketball on the basis of its assessment. Characteristics of the decision-making process and the speed of reaction of choice in the basketball teams of different skill and age are presented.

Keywords: choice reaction, students, teenagers, error rate, decision-making.

Анализ теоретических сведений и практический игровой опыт показал, что скорость двигательного компонента реакции выбора и количество совершенных ошибок в процессе игровой деятельности связаны между собой и эта связь не зависит от возраста, пола и опыта, а имеет высокую корреляцию с методами тренировки [1, с.71–79; 2, с. 271–274; 3, с. 181–190].

В сравнительном эксперименте принимали участие три команды баскетболистов: школьная (контрольная группа), экспериментальная (детская спортивная школа) и студенческая команда. Две команды из них были подросткового возраста, всего в командах 36 человек. В работе поставлена задача: определить динамику показателей при принятии решения и скорость выполнения двигательного компонента реакции выбора баскетболистами указанных команд после года тренировки. При оценке показателей поставлена задача установить причины появления ошибок и роль возрастного фактора.

В теоретических исследованиях и многолетних тестированиях баскетболистов различного возраста и подготовленности установлено, что скрытое (латентное) время реакции складывается из нескольких звеньев и

зависит от скорости протекания нервных процессов в каждом из них. Оценка времени двигательной реакции производится от момента подачи сигнала до ответного действия. Физиологический механизм латентного периода реакции выбора протекает по следующей схеме: возникновение возбуждения в рецепторе — передача возбуждения по центробежным нервным путям в центральную нервную систему — «осмысливание» полученного сигнала и выработка ответного сигнала в центральной нервной системе — передача сигнала по центростремительным нервным путям к мышце — возбуждение мышцы и выполнение ответного действия. Скорость двигательного компонента реакции выбора характеризуется адекватностью оценки ситуации, принятием необходимого двигательного решения, оптимальностью выполнения этого решения, определяемой количеством поступающей информации и пропускной способностью мозга спортсмена, скорость принятия решения зависит также от количества перерабатываемой информации за единицу времени. Так, на рис. 1 представлены данные динамики времени реакции выбора и количества выполненных ошибок на начало и конец эксперимента.

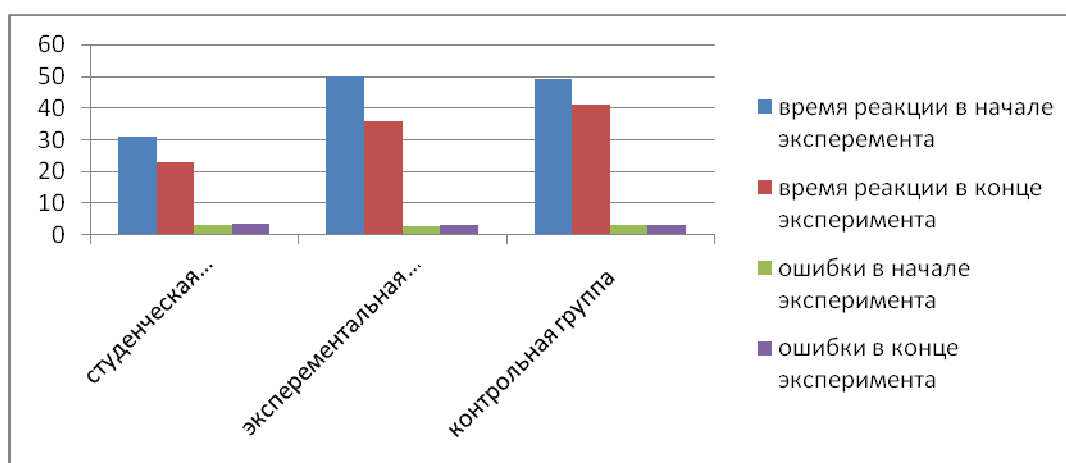


Рис.1. Характеристика реакции выбора у баскетболистов различной квалификации и возраста в начале и конце эксперимента

Анализ полученных данных свидетельствует о том, что к концу эксперимента игроки студенческой лиги смогли улучшить время выполнения теста. Лучшее время составляет 18,2 сек, а среднее время двигательного компонента реакции выбора составляет 23,4 сек. Однако возросло и количество



ошибок, допущенное студентами, которое в сумме составляет 25 ошибок на команду, а в среднем на одного игрока 3,57 раз. Как и в начале эксперимента, один игрок совершил те же 10 ошибок, но при этом улучшил свое время до 16,6 сек. Еще один игрок допустил 7 ошибок, но улучшил время почти на 10 сек. И другой игрок ошибся 4 раза, хотя в начале эксперимента не совершил ошибок вовсе. Четверо игроков совершили по одной ошибке.

В конце эксперимента игроки подростковой экспериментальной команды увеличили скорость выполнения теста, лучшее время составило 29,2 сек. при среднем показателе 36,2 сек. Общее количество ошибок не изменилось. При этом, некоторые игроки уменьшили их количество по сравнению с началом эксперимента. Самое большое количество ошибок — 8, еще два игрока допустили по 4, один 3 и двое по 1 ошибке.

Динамика количества ошибок определяется рядом факторов. К ним можно отнести: поспешное принятие решения, мотивацию на себя и неправильные установки на взаимодействие, нормы поведения на площадке и др. При этом, следует учитывать, что потенциально высокая концентрация внимания моделирует психо-эмоциональное напряжение в игровой деятельности баскетболистов.

По результатам корреляционного анализа мы видим, что узловым моментом в деятельности игрока является своевременное принятие решения. Чем неувереннее человек в ситуации выбора, тем *длиннее латентное время* ответа. В тесте на кратковременную визуальную память игровых ситуаций было дано пять альтернативных ответов, из которых надо было выбрать один. Именно это латентное время ответа имеет статистически значимые связи с количеством ошибок ($r=0,669$; $p<0,05$). Правильные ответы такого отношения не имеют. Ошибочные (лишние) реакции в тесте на сосредоточенность связаны положительно с ошибками управления ($p<0,05$). Причиной этой связи могут быть следующие однородные явления: склонность *смены реагирования* в тренировочном процессе и неуверенная игра в соревновательной деятельности, ведущей к ошибкам. Имеется также



множество высоких корреляций между переменными тестов и критериями, не достигающими статистически значимого уровня. Можно предположить, что многие из этих корреляций стали бы значимыми с увеличением числа тестируемых.

Ошибочные реакции, совершенные в тесте на скорость принятия решения, и время двигательного компонента реакции выбора трудно предсказать когнитивными и психомоторными лабораторными тестами. По-видимому, источниками ошибок в группе студентов являются, прежде всего, неправильные установки и мотивы — переоценка своих способностей, недооценка сложности задач, желание порисоваться и т.д. Эти эмоционально-личностные свойства мы не могли в достаточной мере определить с помощью опросников [4, с. 84–90].

С опытом уровень ответных реакций, несомненно, автоматизируется. По мере накопления опыта анализируются ошибки и скорость принятия решения как имеющие большее значение для эффективности тактической подготовки как отдельного игрока, так и команды в целом. Из показателей количества ошибок и скорости реакции можно сформировать суммарный показатель. С опытом растет число тактических ошибок, совершенных в условиях игрового взаимодействия. В действительности же причина кроется в том, что на деятельность опытных игроков (студенческая лига) в большей степени оказывает влияние не их умение, а аффективно-мотивационная сфера личности, т. е. стиль деятельности. В группе опытных игроков игровой стаж и время пребывания на площадке влияют на снижение ошибок во взаимодействии игроков.

При сравнении студенческой и подростковых команд, несмотря на разное время выполнения теста в начале исследования, экспериментальная команда выглядит более привлекательно, так как после проведенной методики не только увеличилась скорость выполнения двигательного компонента реакции выбора, но при этом игроки не допустили увеличения ошибок. В



студенческой команде при увеличении времени реакции наблюдался большой всплеск ошибок.

Это может говорить о неготовности игроков выбирать подходящие ситуации для решения игровых задач при ограниченном количестве времени. Такое количество ошибок может говорить о том, что скорость выполнения теста влияет на его правильность, однако для студенческой команды это довольно средние показатели, если учесть, что при постоянных занятиях спортом скорость реакции выбора увеличивается. Таким образом, проведенная методика подтвердила, что возраст школьной команды — наиболее подходящий для формирования скорости реакции выбора. В нашем случае мы можем говорить о положительном влиянии методики на игроков школьной команды и при постоянной тренировке. Их результаты будут только расти и к моменту достижения ими юношеского возраста, скорее всего, превзойдут результаты студенческой команды.

Анализ тестирования показал, что эффективность игровой подготовки снижается при поспешном принятии решения, при мотивации на себя, при неправильных установках на взаимодействие и несоблюдении норм поведения на площадке. Соблюдение организационно-педагогических условий, в том числе подбор игроков из одного класса, использование комплекса специальных упражнений, проведение работы над ошибками, обеспечило более значительный прирост показателей игровой подготовки по сравнению с контрольной группой. Эти показатели приблизились к данным студенческой лиги и даже превзошли их в отдельных показателях.

Эмоциональная напряженность во взрослых командах, связанная с ролевыми позициями, особенностями взаимоотношений между тренером и игроками команды, личностными особенностями игроков, осознается спортсменом «как неизбежное следствие оптимальной организации совместных усилий — необходимого условия выигрыша, к которому он всеми силами стремится»[4].



Поэтому поиски выигрыша вынуждают терпеть эмоциональные ущемления, в особенности, когда деятельность команды эффективна.

Анализ результатов подростковой группы показал более высокие связи между показателями тренировочной и соревновательной деятельности, чем у опытных игроков. Чрезмерная осторожность и замедленная скорость восприятия явно связаны с конфликтами, хотя корреляции этих показателей еще не достигают статистически значимого уровня. Самая высокая корреляция в данном исследовании имеется между ошибками принятия решения в комплексном тесте на время реакции и ошибками правильности принятия решения ($r=0,738$; $p<0,01$).

Таким образом, в результате сравнительного анализа скорости реакции выбора в командах разного возраста и подготовленности установлено, что основной причиной ошибок у подростков является неуверенность в действиях, т.к. проявление накопленного опыта в игре еще достаточно сложно. Опытные игроки чувствуют себя вполне уверенно и не в полной мере ощущают взаимодействие с другими игроками как необходимую задачу. Источниками их ошибочных действий являются неправильные установки, неадекватные мотивы, переоценка своих способностей, недооценка задачи и личностные свойства.

Эффективность реакции выбора в подростковых командах *зависит*, прежде всего, от фактора «умение», в то время как у опытных игроков большее влияние фактор «стиль».

Литература

1. Германов Г. Н., Родин А.В., Павлов Е.А. Экспериментальное обоснование эффективности метода игровых задач в процессе индивидуальной технико-тактической подготовки юных баскетболистов // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Естественные науки. — 2014. — № 3 (15). — С. 71–79.
2. Карпов В.Ю. Содержание технической подготовки спортсменов в игровых видах спорта // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. — 2011. — №4 (18). — С. 271–274.
3. Кондаков В.Л., Воронин И.Ю. Совершенствование системы тренировок баскетболисток в подготовительном периоде // Физическая культура в XXI веке: состояние и перспективы развития: Междунар. науч.-практич. конф. — Белгород: Изд. центр «Логия», 2004. — С.181–190.



4. Макеева В.С., Ковешникова Е.Н., Луганский К.А. Игровое взаимодействие баскетболистов в командах высших разрядов // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2012. — Т. 25. № 4. — С. 84–90.

Карпов В. Ю., Бакутина А. В.
Российский государственный социальный университет, г. Москва
Лапина Н.М.
Самарский государственный социально-педагогический университет,
г. Самара

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. В статье излагаются проблемы организации факультатива по подвижным играм для детей младшего школьного возраста. Раскрываются цели, задачи, условия, способствующие эффективности внедрения факультатива. Определяется направленность факультатива на развитие универсальных компетенций, Дается характеристика подвижных игр, направленных на развитие физических качеств.

Ключевые слова: подвижные игры, факультатив, универсальные учебные действия, физические качества.

Karpov V. Yu, Bakutina A.B.
Russian State Social University, Moscow
Lapina N.M.
Samara State Pedagogical University social, Samara

MOBILE GAMES AS A MEANS OF PHYSICAL QUALITIES OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Annotation. The article deals with the problems of organizing an elective for outdoor games for children of primary school age. The article discloses goals, objectives, conditions conducive to the efficiency of introducing elective. It determines the direction of development of universal competence, characteristics of mobile games aimed at the development of physical qualities.

Keywords: outdoor games, selection, versatile educational activities, physical quality.

При проведении учебных занятий нами была разработана программа факультатива по подвижным играм, направленная на воспитание физических качеств младших школьников [6, с. 99–102].

Использование подвижных игр в учебном процессе, в зависимости от цели, задач, условий их проведения, применяемых средств и методов, позволяет участникам проявлять определенные физические качества. Четкая и грамотная организация руководства подвижными играми позволяет осуществлять непосредственный контроль за активным проявлением