

# ХАРАКТЕРИСТИКА ГОТОВНОСТИ ДЗЮДОИСТОВ К ВЫПОЛНЕНИЮ АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ В ПОЕДИНКЕ



*Свищёв И.Д. – д.п.н.,  
профессор, кафедра  
теории и методики  
кафедры единоборств  
РГУФКСМиТ*

*Чувилин В.А. – аспирант  
кафедры теории и  
методики кафедры  
единоборств РГУФКСМиТ*

*Султанахметов Г.С. –  
к.п.н., доцент кафедры  
теории и методики  
кафедры единоборств  
РГУФКСМиТ*

**Ключевые слова:** готовность дзюдоистов к выполнению атакующих действий, «скрытые» жесты, структура поединка; сочетание высказываний со «скрытыми» жестами.

**Keywords:** the readiness of dzyudoistov for the fulfillment of the attacking actions, “concealed” gestures, the structure of duel; the combination of vvs of kazyvaniy with “concealed” gestures.

**Резюме.** Проблема формирования готовности к выполнению приемов в поединке заключается в том, что нет эффективных подходов к анализу и обобщению мыслительных актов спортсменов при принятии решений. Всякий акт сознания не обходится без внутренней речи, слов, интонации, жестов. Как установка, так и намерения борца в поединке является частью процесса принятия им решения. Интонация без голосового высказывания и скрытый жест ориентированы: 1) на субъекта; 2) на предмет деятельности. Безголосое высказывание, характеризуемое интонацией и подкрепляемое скрытым жестом, является продуктом взаимодействия субъектов противоборства. Жест – это второсигнальный знак, сделанный движением рук, головы, означающий какое-либо явление первосигнальной действительности. связь между мыслью и жестом является не добавлением, а удвоением, то есть выявляется способность находить в конкретном действии представление о нем, а в представлении – знак. Разработаны примерные коды скрытых жестов атакующих действий дзюдоиста. Показана эффективность выполнения приемов дзюдоистами с использованием проговаривания и скрытых жестов.

**Summary.** The problem of the formation of readiness for the fulfillment of methods in the duel to zaklyu chaetsya in the fact that there are no effective approaches to analysis and generalization of cognitive reports to sportsme it is new with decision making. Any report of consciousness does not manage without internal speech, words, intonation, gestures. Both the installation and the intentions of champion in the duel is the part of the process of making by it a decision. Intonation without the vocal statement and concealed gesture are oriented: 1) to the subject; 2) to the object of activity. Bezgolosoe vyskazyvanie, characterized by intonation and to podkreplyae my by the concealed gesture, is the product of vzai of modeystviya of the subjects of the opposition. Gesture – this is the secondary-signal sign, made motion of hands, head, that indicates any phenomenon of pervosignalnoy reality. the connection between the thought and the gesture appears not dobav leniem, but the doubling, i.e., is revealed the method nost to find in the concrete action after appearing lenie about it, but in the idea – sign. Are developed the exemplary codes of the concealed gestures of the attacking actions of dzyudoista. Is shown the effectiveness of the fulfillment of methods by dzyudoistami with the use of vocalization and concealed gestures.

**Введение.** Под мышлением понимается вышедший познавательный процесс обобщенного и опосредствованного отражения объективной действительности, направленный на решение

определенной задачи. Интуитивное мышление характеризуют быстрое и целостное восприятие ситуации, выход на решение, минуя промежуточные этапы переработки информации, сокраще-

ние переборов вариантов и аргументирования. Интуиция – это концентрированные знания и опыт или «свернутый» во времени процесс решения задачи.

Мыслительная деятельность человека реализуется как на уровне сознания, так и на уровне бессознательного, характеризуется сложными переходами и взаимодействиями этих уровней. Принятие решения включает в себя формирование последовательности целесообразных умственных действий для достижения цели на основе преобразования исходной информации.

Проблема формирования готовности к выполнению приемов в поединке заключается в том, что нет эффективных подходов к анализу и обобщению мыслительных актов спортсменов при принятии решений. На наш взгляд, подходы к формированию намерений в противоборстве не будут выявлены до тех пор, пока мы будем анализировать только осознаваемые процессы.

В исследованиях Л.С.Выготского [2] показано, что можно изучать процессы неосознанного косвенным путем: путем анализа тех следов, которые оно оставляет в психике. Процессы, начинающиеся в бессознательном, имеют свое продолжение в сознании, и наоборот, многое сознательное вытесняется в подсознательную сферу. Существует диалектическая связь между обеими сферами сознания.

Сознательное – это то, как спортсмен способен идеально воспроизвести действительность в мыслительных актах на основе субъективных представлений о реальных событиях в ходе поединка. Кроме того, сознательным можно назвать то, что осуществляется с заранее поставленной целью. Всякий акт сознания не обходится без внутренней речи, слов, интонации, жестов [1]. Бессознательное – это процессы, не представленные в сознании.

Как установка, так и намерения борца в поединке является частью процесса принятия им решения. Под установкой понимается психологическая готовность борца воспринимать ситуации противоборства с противником и действовать в соответствии с заранее принятой направленностью. Феномены бессознательного в мышлении часто приобретают форму установок. Применительно к мыслительной деятельности феномен установки изучался в работах Н.Л.Элиава. Автор исходит из концепции Д.Н.Узнадзе, называя установкой «склонность, направленность, готовность субъекта к совершению акта, могущего удовлетворить его потребность, как предуготованность к совершению определенной деятельности, направленной на удовлетворение актуальной

потребности. Н. Л. Элиава считает, что нужно различать фиксированную установку и гибкую, динамическую установку.

Намерение – это сознательное стремление завершить действия в соответствии с намеченной программой, направленной на достижение пред-полагаемого результата. Оно также – момент внутренней подготовки личности к исполнению будущих действий. Намерение, как и установка, характеризует готовность субъекта к действиям на основе условий ситуации и прогноза развития этих условий.

При формировании намерений спортсменов в условиях противоборства с соперником важен этап отличия реальности от представления о ней. Под представлением понимается форма чувственного отражения действительности в виде наглядно-образного знания, при этом образы событий возникают на основе их припоминания. Основным признаком отличия реальности от представления является не совпадение реальных действий с представлениями о них (в противном случае реальные действия должны быть тоже представлениями), а смысл высказывания о них.

**Цель исследования.** Выявить подходы к формированию готовности дзюдоистов к выполнению атакующих действий в поединке с использованием «скрытых» жестов.

Методика исследования. Для формирования готовности дзюдоистов к выполнению приемов в эпизодах поединка разрабатывалась экспериментальная методика, включающая:

- формирование представлений об изучаемом действии (зрительных, тактильных, кинестетических);
- перечень утвердительных предложений о выполнении атакующих действий (например, провести бросок через спину на «иппон»);
- безголосое проговаривание элементов броска, образов броска с различными интонациями;
- скрытые жесты для конкретных бросков в паузах, перед следующим эпизодом (например, сгибание кисти в кулак означало готовность борца к выполнению броска через спину);
- анализ способа выполнения собственного действия – рефлексия.

**Теоретические предпосылки исследования.** Характеристика высказываний, интонаций. Высказывания – это последовательность звуков, объединенных по правилам и несущих определенный смысл. Истинность реальных действий и представления о них сводится к истинности предложений. Г. Фреге [3] считает, что «...та область, в которой примени-

Таблица 1

**Количественные показатели фрагментов (эпизодов и пауз) поединка в дзюдо (n =282).**

№	Длительность эпизодов (с)	Длительность пауз (с)	Отношение t (с) эп.: пауз	Общая длительность t общ. эп+пауз	Количество действий (атак-А)	Общий темп поединка А/t (эп.+пауз)	Моторный темп поединка А/t (эпизодов)	Темп принятия решений А/t (пауз)
1	35,0±3,8	8,0±1,0	4,4:1	43,0	2,1	0,048	0,060	0,262
2	31,0±3,4	9,0±1,0	3,4:1	40,0	1,9	0,047	0,061	0,211
3	27,0±2,5	12,0±2,0	2,2:1	39,0	1,8	0,046	0,066	0,150
4	31,0±3,0	10,0±1,5	3,1:1	41,0	1,9	0,046	0,061	0,190
5	27,0±2,4	12,0±1,5	2,2:1	39,0	1,7	0,044	0,062	0,141
6	23,0±2,0	15,0±2,1	1,5:1	38,0	1,6	0,042	0,069	0,106
7	27,0±2,3	13,0±1,4	2,0:1	40,0	1,7	0,042	0,062	0,131
8	23,0±2,1	15,0±1,3	1,5:1	38,0	1,5	0,040	0,065	0,106
9	19,0±2,0	17,0±1,5	1,1:1	36,0	1,4	0,039	0,073	0,082
10	23,0±2,1	15,0±2,0	1,5:1	38,0	1,5	0,039	0,065	0,10
11	19,0±2,2	14,0±2,2	1,3:1	33,0	1,3	0,040	0,068	0,09
12	15,0±2,0	-	-	15,0	1,0	0,066	0,066	-
<b>X</b>	<b>25,0±2,5</b>	<b>12,7±1,6</b>	<b>2,0:1</b>	<b>36,6</b>	<b>1,6</b>	<b>0,044</b>	<b>0,064</b>	<b>0,126</b>

Таблица 2

**Примерные коды скрытых жестов атакующих действий дзюдоиста.**

№п.п.	Наименование атакующих действий	Коды
1.	Бросок через спину (seoe-nage)	Сгибание кисти правой руки в кулак
2.	Подхват (uchi-mata)	Круговое движение в правом плечевом суставе
3.	Передняя подножка (tai-otoshi)	Имитация боковой подсечки

Таблица 3

**Эффективность выполнения атакующих действий в контрольной и экспериментальной группах.**

Группы	Исходные данные (%)	Конечные данные (%)	Прирост
Контрольная (n=8)	18,3 ± 3,3	21,1 ± 2,9	2,8 %
Экспериментальная (n=7)	18,1 ± 3,4	28,4 ± 3,7	10,3%

тельно понятие истинности, это смысл предложения». Констатация мысли выражается в форме утвердительного предложения. Мысль есть смысл предложения. Предложение может быть высказано.

По В.Н. Волошинову [1], высказывание как осмысленное целое складывается из двух частей: 1) из словесно осуществленной (актуализированной); 2) из подразумеваемой. Высказывания могут быть громкоголосыми и безголосыми. Оценка смысла находит свое выражение в интонации. Интонация устанавливает связь слова с внесловесным контекстом. В интонации слово интегрируется с реальностью. Интонация устанавливает отношение к объекту высказывания даже при безголосом высказывании. Интонациям присуща персонификация. Существует связь между интонацией и жестикულიацией. Интонации и жесты активны и объективны по своей тенденции. В них заложено отношение к реальности.

Интонация без голосового высказывания и скрытый жест ориентированы: 1) на субъекта; 2) на предмет деятельности. Безголосое высказывание, характеризуемое интонацией и подкрепляемое скрытым жестом, является продуктом взаимодействия субъектов противоборства.

При формировании намерений спортсмену необходимо овладеть специфической речью. При этом продуктом речемыслительной деятельности будет высказывание, оформленное в виде предложения (А. К. Астафьев с соавт., 1990).

Интонации могут быть в форме «боевого клича», с «металлом» в голосе, полной уверенности. Скрытые жесты могут воспроизводиться с максимальным усилием, с нарастающим усилием, с ослабевающим усилием.

Жест как фактор усиления мыслительного акта. «Жест – это второсигнальный знак, сделанный движением рук, головы, означающий какое-либо явление первосигнальной действительности» (Н.В. Видинеев, 1979). Л. Леви-Брюль



**Рис.1. Схема формирования готовности дзюдоистов к выполнению атакующих действий в поединке.**

(1930) отмечал, что «... говорить руками это в известной мере буквально думать руками».

Выполнение жестом функции кодирования информации свидетельствует о формировании автоматизма, о передаче ряда связей между событиями в сферу вне чувственного. Жест способен выключать из мыслительного процесса целостный образ или его элементы и, наоборот, включать механизмы осознания комплекса совершаемых двигательных действий. Жест может служить меткой, возбуждающей в уме субъекта мысли, сходные с прежними мыслями (Т. Гобс, 1964). Кроме того, по утверждению Г. Фреге [3], жест, в котором внутреннее содержание мысли раскрывается вовне, – это не внешнее сопровождение мысли, а компонент мысли, неотъемлемый от нее самой. Поэтому связь между мыслью и жестом является не добавлением, а удвоением, то есть выявляется способность находить в конкретном действии представление о нем, а в представлении – знак.

**Результаты исследования.** Структура соревновательного поединка в дзюдо. Поединок в дзюдо состоит из двух типов фрагментов – эпи-

зодов и пауз, отличающихся друг от друга как временными параметрами, так и содержательными. Эпизоды характеризуются интерактивными взаимодействиями дзюдоистов, паузы – коммуникативными взаимодействиями арбитра и дзюдоистов. Эпизоды определяются временем от сигнала арбитра «начинайте» до команды «стоп», паузы – временем от сигнала «стоп» до команды «начинайте». В среднем, в ходе поединка равных по подготовленности дзюдоистов, содержится  $12 \pm 3$  эпизодов и  $11 \pm 3$  пауз. При этом длительность эпизодов снижается от начала до конца поединка с  $35,0 \pm 3,8$  секунд до  $15,0 \pm 2,0$ , а длительность

пауз наоборот, увеличивается с  $8,0 \pm 1,0$  секунд до  $14,0 \pm 2,2$ . Длительность «чистого» времени поединка, то есть сумма времени всех эпизодов поединка составляет 300 секунд, а длительность пауз  $140 \pm 10$  секунд. Таблица 1.

В таблице 2 представлены примерные коды скрытых жестов при готовности выполнения атакующих действий дзюдоиста в условиях поединка.

Схема экспериментальной методики формирования готовности борца к выполнению приемов в поединке включала: безголосые высказываний, (в форме утвердительного словосочетания), с конкретной интонацией и «скрытых» жестов.

Важное место в данном исследовании отведено сочетанию высказываний со «скрытыми» жестами. Эффективность выполнения атакующих действий в экспериментальной группе повысилась (табл. 3).

**Заключение.** Таким образом, выбранное направление данного исследования может служить предпосылкой исследования влияния бессознательных актов мышления в осознаваемое пространство принятия решений борцами, в условиях соревновательного поединка.

## Литература.

1. Волошинов В.Н. Философия и социология гуманитарных наук. СПб, 1995, с.71-72.
2. Выготский Л.С. Психология искусства /Под. ред. М.Г. Ярошевского.– М.: Педагогика.1987, с.247-248.
3. Фреге Г. Мысль: логическое исследование //Философия, логика, язык./Пер. с англ. и нем. – М.: Прогресс. 1987, с. 18-47.