

УДК 37.037:796.56

ИГРОВОЙ МЕТОД КАК СРЕДСТВО СОПРЯЖЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ

Я.В. Сираковская – аспирант

Московская государственная академия физической культуры
Малаховка

О.В. Ильичева – кандидат биологических наук

Воронежский государственный институт физической культуры
Воронеж

THE GAME METHOD AS MEANS OF INTERFACE OF TECHNICAL-TACTICAL AND PSYCHOLOGICAL PREPARATION IN SPORTS ORIENTEERING

Ya.V. Sirakovskaya – postgraduate student

Moscow State Academy of Physical Culture
Malakhovka

O.V. Ilyichyova – Candidate of Biological Sciences

Voronezh State Institute of Physical Culture
Voronezh

e-mail: sansan-86@mail.ru

Ключевые слова: технико-тактическая подготовка, психологическая подготовка, познавательные (когнитивные процессы), внимание, память, мышление, психолого-педагогическое тестирование, игровой метод.

Аннотация. В статье рассматривается роль игрового метода как средства сопряжения технико-тактической и психологической подготовки юных спортсменов-ориентировщиков, его влияние на развитие наиболее значимых для ориентирования познавательных (когнитивных) процессов.

Key words: technical-tactical preparation, psychological preparation, cognitive processes, attention, memory, thinking, psychological-pedagogical testing, the game method.

Summary. In article the role of the game method as means of interface of technical-tactical and psychological preparation of young athletes-orienteer runners, its influence on development of the most significant for orientation cognitive processes is considered.

ВВЕДЕНИЕ

Специфика деятельности спортсмена-ориентировщика заключается в том, что он на протяжении длительного времени преодоления дистанции непрерывно выполняет большой объём умственной работы при высокой физической нагрузке. Все технические и тактические задачи ориентировщик решает в одиночку, в этой связи немаловажное значение в обучении спортсменов приобретает психологическая подготовка, в которой особое внимание уделяют развитию таких познавательных (когнитивных) процессов, как память, мышление, внимание, которые рассматриваются как основа повышения технико-тактической подготовленности [1-2].

Особую актуальность приобретает разработка новых эффективных методов сопряжения технико-тактической и психологической подготовки в спортивном ориентировании. Одним из таких методов является игровой.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В эксперименте принимали участие 16 спортсменов-ориентировщиков 9-12 лет. На начальном этапе были сформированы 2 группы – контрольная и экспериментальная. Первая занималась по общепринятым методикам подготовки в спортивном ориентировании, вторая – по экспериментальной методике при использовании игрового метода как основного. При проведении исследования нами использовалось психолого-педагогическое тестирование. Тестировались память, внимание, мышление.

Для диагностирования внимания были взяты следующие тесты: методика Рисса «Перепутанные линии для определения устойчивости внимания и, «Корректирующая проба» – для исследования переключения внимания. Тест Шульте использовался для выявления объема внимания. Тест Марищука использовался при исследовании распределения внимания. По тесту Торндайка определяли избирательность внимания. Для определения уровня развития памяти была взята методика "Запомни рисунки", которая предназначена для определения объема кратковременной зрительной памяти и наглядно-образной памяти. Для оценки особенностей логического мышления применялись методики «Аналогия», «Способность классифицировать» и «Логичность», для наглядно-образного мышления – прогрессивные матрицы Равена.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для получения данных об уровне технико-тактической подготовленности у испытуемых нами проводились психолого-педагогические тестирования в начале, середине и конце эксперимента. Результаты тестирования являлись основными данными для оценки эффективности нашей методики (таб. 1, 2).

Таблица 1

Результаты тестирования видов мышления и памяти на протяжении эксперимента

Этапы тестирования	Группы	Виды мышления			
		Наглядно-образное (матрицы Равена), баллы М± δ	Логическое (Аналогия), баллы М± δ	Логическое (Логичность), баллы М± δ	Логическое (Способность классифицировать), баллы М± δ
I	КГ	2,50±0,92	24,5±2,33	1,50 ±0,53	21,25±3,01
	ЭГ	2,25±1,03	25,00±1,51	1,25±0,46	19,75±2,71
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
II	КГ	3,75±1,03	27,75±1,98	2,13±0,64	22,75±2,61
	ЭГ	4,00±1,31	27,75±1,67	2,63±0,74	21,50±2,56
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
III	КГ	4,50±0,92	28,75±1,03	2,38±0,51	23,75±1,98
	ЭГ	6,50±1,51	29,00±2,14	4,00±0,76	23,00±2,62
	p	<0,05	>0,05	<0,05	>0,05

Этапы тестирования	Группы	Виды памяти		
		Зрительная кратковременная память		Наглядно-образная память Тест 3, баллы M± δ
		Тест 1, баллы M± δ	Тест 2, баллы M± δ	
I	КГ	5,75±1,48	4,12±2,24	5,50±2,67
	ЭГ	6,75±2,05	3,62±1,76	5,00±1,85
	p	>0,05	>0,05	>0,05
II	КГ	6,87±2,16	4,62±0,91	6,25±2,55
	ЭГ	7,37±1,50	4,87±1,12	6,13±1,25
	p	>0,05	>0,05	>0,05
III	КГ	7,37±1,84	5,37±1,06	6,88±2,23
	ЭГ	8,37±1,59	5,12±1,35	7,50±0,54
	p	>0,05	>0,05	>0,05

Таблица 2

Результаты тестирования свойств внимания на протяжении эксперимента

Этапы тестирования	Группы	Свойства внимания					
		Устойчивость, сек (тест 1) M± δ	Устойчивость, сек (тест 2) M± δ	Переключение, баллы M± δ	Объём, баллы M± δ	Распределение, сек M± δ	Избирательность, сек M± δ
I	КГ	48,13± 21,24	51,5 ±18,24	10,38±1,19	10,25±2,81	115,88± 5,36	227,88±23,75
	ЭГ	50,5± 8,72	61,75 ±19,9	10,38±1,06	11,25±1,75	112,13± 9,57	227,75±34,41
	p	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
II	КГ	44,88±20,7	49,38±14,59	12,88±1,46	11±2,62	110,88±4,39	225,75±18,63
	ЭГ	45±6,91	52,88±12	13,5±0,93	14,75±2,61	101,88±7,1	206,88±20,22
	p	>0,05	>0,05	>0,05	<0,05	<0,05	<0,05
III	КГ	43,63±15,86	46,5±12,32	14,25±1,83	11,63±2,2	98,75±3,62	217,5±15,12
	ЭГ	37,88±4,42	45,13±10,48	16,63±0,92	17,25±1,67	92,63±4,81	194,85±12,17
	p	>0,05	>0,05	<0,01	<0,01	<0,05	<0,01

Положительное влияние экспериментальной методики на развитие когнитивных процессов юных ориентировщиков подтверждается динамикой следующих показателей в экспериментальной группе: показатель объёма внимания по сравнению с начальным уровнем вырос на промежуточном этапе эксперимента на 3,5 балла ($p<0.05$), на заключительном – на 6 баллов ($p<0.01$); распределение внимания за период эксперимента улучшилось, время выполнения заданий снизилось на 10,25 с (промежуточное тестирование, $p<0.05$), на 19,5 с (заключительное тестирование, $p<0.05$); наблюдается улучшение по показателям избирательности внимания, время выполнения заданий сократилось на промежуточном этапе на 21 с ($p<0.05$), на завершающем этапе эксперимента по сравнению с начальным - на 32,9 с ($p<0.01$); за время эксперимента показатель переключения внимания увеличился на 6,25 балла ($p<0.01$); улучшились показатели логического мышления. В

частности по методике «Логичность» показатель увеличился на 2,75 балла ($p < 0.05$); положительные изменения произошли в наглядно образном мышлении (по методике «матрицы Равена» показатель вырос на 4,25 балла ($p < 0.05$)).

Анализ показателей в контрольной группе также выявил положительную динамику в развитии когнитивных процессов за аналогичный период. Но улучшение показателей в контрольной группе имеет менее выраженный характер. Так, показатель, характеризующий объем внимания, изменился на 1,38 балла; переключение внимание – на 3,87 балла; распределение внимания – на 17,33 с; избирательность внимания – на 10,35 с; логическое мышление – на 0,88 балла; наглядно-образное мышление – на 2 балла.

Сравнение рассмотренных показателей развития когнитивных процессов внутри экспериментальной и контрольной групп свидетельствует о более заметных изменениях в экспериментальной группе, все показатели в которой отличаются от таковых контрольной группы в лучшую сторону, причём на достоверно значимом уровне ($p < 0,01$ или $p < 0,05$).

В эксперименте не обнаружено достоверных различий между экспериментальной и контрольной группами по показателям развития памяти. Прирост показателей в «Тест 1» на этапе заключительного тестирования в сравнении с начальным этапом в первом случае составил 1,63 и 1,38 балла – во втором; в «Тесте 2»: - 1,5 и 1,24 балла, соответственно, для экспериментальной и контрольной групп; 2,5 и 1,88 балла, соответственно, в «Тесте 3». Внутри экспериментальной группы отмечается стабильная положительная динамика на протяжении эксперимента развития зрительной кратковременной и наглядно-образной памяти на уровне значимости $p < 0.01$.

ВЫВОДЫ

Игровой метод содействует развитию и совершенствованию специальных технико-тактических навыков в спортивном ориентировании, так как игровые задания инициируют активизацию всех познавательных процессов, что является основой для эффективной работы с картой, отражается на качестве полученной и усвоенной из карты и окружающей местности информации, её переработке, тактическом планировании этапов прохождения дистанции. Наиболее эффективное воздействие применение игрового метода оказывает на развитие внимания, а именно на такие его свойства, как объём, избирательность и распределение.

Литература

1. Казанцев, С.А. Психология спортивного ориентирования : монография / С.А. Казанцев. – СПб. : ООО «Репринт», 2007. – 110 с.
2. Портных, Ю.И. Использование метода игрового проектирования в процессе обучения игровой соревновательной деятельности / Ю.И. Портных, С.Л. Фетисова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 1(59). – С. 85-88.

Literature

1. Kazantsev, S.A. Psychology of sports orientation : a monograph / S.A. Kazantsev. – SPb. : LLC "Reprint", 2007. – 110 p.
2. Portnykh, Yu.I. Use of the method of game scheming in the training of game competitive activity / Yu.I. Portnykh, S.L. Fetisova // Scientific notes of university named after P.F.Lesgaft. – 2010. – No. 1(59). – P. 85-88.

Статья поступила в редакцию 5.09.2011 г.