

I. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

ПОКАЗНИКИ ЧАСОВИХ ПАРАМЕТРІВ РУХІВ СПОРТСМЕНІВ ЯК ПРОГНОСТИЧНІ ПСИХОМОТОРНІ КРИТЕРІЇ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ



Валерій Хаджинов, Наталя Чекмарьова, Тетяна Зуєва
Національна металургійна академія України

Анотація

В статті представлений експериментальний матеріал по вивченню показателів рівня розвитку здібностей к восприятію времени детей 7-14 лет и спортсменов высокого класса, которые могут служить прогностическими психомоторными критериями спортивного отбора.

Ключевые слова: восприятие времени, прогностические психомоторные критерии, спортсмены высокого класса, спортивный отбор.

Annotation

The paper represents the experimental material on the studies for time determination abilities of both the children with the age range of between 7 and 14 years old and high class sportsmen. These materials are to be applied for the prognostication psychomotoric criteria of sports selection.

Key words: time determination, prognostication psychomotoric criteria, high class sportsmen, sports selection.

Постановка проблеми. Спорт як специфічна сфера діяльності людини характеризується особливим психічним змістом і конкурентною гуманістичною спрямованістю, яка вказує на важливість гармонійного розвитку особистості спортсмена і найбільш повну реалізацію його потенціалу. Стрімке зростання досягнень у світовому спорті потребує постійного пошуку нових, більш ефективних засобів, методів і організаційних форм підготовки спортивного резерву. Досягнення високих результатів неможливо без раціональної організації процесу підготовки спортсменів на основі критеріїв, моделей і показників, що відображають функціональні можливості організму, психомоторику, загальні і спеціальні здібності тощо. [4]. На сьогодні пошук талановитих у спортівному відношенні дітей вимагає науково-обґрунтованого підходу, який би дозволив за допомогою об'єктивних критеріїв оцінити стан основних систем життєдіяльності, що забезпечують високу роботоздатність в обраному виді спорту [9]. Важливим аспектом проблеми спортивної відбору є визначення ефективних критеріїв і методів діагностики обдарованості молоді до певних видів спорту.

Досягнення високих результатів у різних видах спорту залежать від розвитку психомоторних

здібностей спортсменів, складовою яких є здібність до сприйняття (відчуття) часу [3]. Хронобіологічні індивідуальні особливості сприйняття (відчуття) часу людиною, на наш погляд, є одним із провідних факторів, що лімітує успіхи в професійній (спортивній) діяльності. Від здібності точно відчувати часові параметри рухів залежить ефективність оволодіння технікою, тактикою і здібність управляти своїми рухами в цілому [8]. Визначення психомоторних прогностичних критеріїв здібності до сприйняття часу при спортивному відборі дозволить здійснити більш імовірний прогноз схильності дитини до темпів і якості оволодіння різними рухами та у виборі видів спорту, що потребують значного розвитку досліджуваної здібності. Тому дослідження в цьому напрямі, на наш погляд, є актуальними.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Про значення високого розвитку психомоторних здібностей в становленні спортивної майстерності свідчать ряд публікацій. Так, аналіз особливостей сприйняття часу у представників різних видів спорту дозволив вважати [7], що цей показник потрібно враховувати при виборі спортивної спеціалізації. Здібність до відчуття часу досліджувалася у тенісистів високої кваліфікації [5], гандболістів в віці 15-18 ро-



Таблиця 1

Розвиток здібностей до сприйняття часу, визначених за сумарними показниками відтворення всіх часових відрізків правою, лівою та обох рук у хлопців і дівчат віком 7–14 років, с

Вік, років	Хлопці			Дівчата		
	n	\bar{x}	S	n	\bar{x}	S
<i>Сумарна помилка відтворення часу правою рукою</i>						
7	50	3,26	0,43	50	2,97	0,43
8	50	3,64	0,71	50	2,79	0,43
9	50	2,94	0,33	50	2,71	0,41
10	50	3,45	0,78	50	2,81	0,40
11	50	2,85	0,45	50	2,64	0,49
12	50	2,73	0,44	50	2,50	0,55
13	50	2,53	0,43	50	2,45	0,48
14	50	2,42	0,47	50	2,40	0,46
<i>Сумарна помилка відтворення часу лівою рукою</i>						
7	50	3,34	0,42	50	3,02	0,44
8	50	3,67	0,69	50	2,95	0,51
9	50	2,90	0,35	50	2,87	0,47
10	50	3,25	0,70	50	2,70	0,39
11	50	2,82	0,42	50	2,61	0,49
12	50	2,67	0,49	50	2,56	0,51
13	50	2,56	0,47	50	2,45	0,45
14	50	2,45	0,46	50	2,50	0,45
<i>Сумарна помилка відтворення часу обох рук</i>						
7	50	6,60	0,92	50	5,99	0,80
8	50	7,31	1,02	50	5,74	0,89
9	50	5,84	0,82	50	5,58	0,81
10	50	6,70	0,94	50	5,31	0,70
11	50	5,67	0,79	50	5,25	0,93
12	50	5,40	0,76	50	5,06	0,99
13	50	5,09	0,71	50	4,90	0,85
14	50	4,87	0,68	50	4,90	0,77

ків [1]. Визначався взаємозв'язок відчуття часу з показниками фізичного розвитку, фізичної підготовки, функціонального стану у гімнастів 7-9 років [2]. Проте, показники рівня розвитку здібності до сприйняття (відчуття) часу у спортсменів високого класу, як прогностичних психомоторних критеріїв спортивного відбору не визначалися.

Завдання роботи:

1. Визначити онтогенетичні особливості розвитку психомоторної здібності до сприйняття часу у хлопців і дівчат 7 – 14 років.
2. Визначити показники рівня розвитку здібності до сприйняття часу у спортсменів різних видів спорту.
3. Розробити рекомендації

щодо прогнозу перспективності дітей і підлітків за показниками сприйняття часу для вдосконалення спортивного відбору.

Методика. У дослідженнях розвитку здібності до сприйняття часу брали участь 800 дітей та підлітків (400 хлопців і 400 дівчат) віком 7-14 років, які раніше не займалися спортом. Це були школярі загальноосвітніх шкіл Дніпропетровська. Випробовувані склали вісім вікових груп (по 50 осіб в кожному віці відповідної статі). Вибір віку дітей обумовлений віковою межею відбору в різні види спорту. Також, для порівняння з дітьми, у спортсменів високого класу, за однаковими показниками, визначався розвиток здібності до сприйняття часу,

як прогностичного психомоторного критерію спортивного відбору. У дослідженні брали участь 52 спортсмени високого класу (серед них 5 майстрів спорту міжнародного класу і 47 майстрів спорту України). Спортсмени склали три групи: чоловіки ігрових видів спорту – 16 осіб; чоловіки швидко-кісно-силових видів спорту – 20 осіб; жінки ігрових видів спорту – 16 осіб.

Розвиток здібності до сприйняття часу визначався за методикою Б.Й. Цуканова [6]. Тест давав змогу зробити оцінку розвитку в умовах відсутності моторної координації.

Учасники тестування демонстрували тривалість протягом часу, який обмежувався двома щиглями секундоміра. Випробовуваному потрібно було відтворити час на аналогічному секундомірі, не дивлячись на циферблат. Послідовно демонстрували і відтворювали ряд часових інтервалів: 2, 3, 4, 5 с.

Визначалося відхилення при відтворенні заданого часового відрізка з точністю до 0,01 с.

Сприйняття часу випробовуваними оцінювалося за 15 показниками: відтворення часу тривалістю 2, 3, 4, 5 с правою і лівою рукою, сумарно правою і лівою рукою для окремих часових відрізків, сумарно окремо правою і лівою рукою для всіх часових відрізків та двома руками всіх часових інтервалів.

Результати досліджень та їх обговорення.

В таблиці 1 наведено розвиток здібності до сприйняття часу, визначених за сумарними показниками відтворення всіх часових відрізків правою, лівою та обох рук у хлопців і дівчат віком 7–14 років.

Порівнюючи наведені дані, відзначимо більш значну вікову диференціацію сприйняття часу у хлопців, ніж у дівчат. Відмінності між точністю відтворення часу за сумарною помилкою як правою, так і лівою рукою у хлопців і ді-



Показники рівня розвитку здібності до сприйняття часу у спортсменів високого класу

Тести	Чоловіки ігрових видів спорту		Чоловіки швидкісно-силових видів спорту		Жінки ігрових видів спорту	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
Відтворення часу на секундомірі, с:						
а) тривалість 2 с						
права рука	0,24	0,11	0,31	0,15	0,26	0,12
ліва рука	0,21	0,11	0,21	0,08	0,32	0,18
сумарна помилка двох рук	0,45	0,17	0,52	0,18	0,58	0,23
б) тривалість 3 с						
права рука	0,26	0,13	0,24	0,13	0,29	0,14
ліва рука	0,23	0,15	0,25	0,08	0,32	0,13
сумарна помилка двох рук	0,49	0,22	0,49	0,16	0,61	0,21
в) тривалість 4 с						
права рука	0,35	0,11	0,24	0,13	0,31	0,11
ліва рука	0,32	0,15	0,28	0,11	0,35	0,17
сумарна помилка двох рук	0,67	0,20	0,52	0,18	0,66	0,20
г) тривалість 5 с						
права рука	0,40	0,12	0,34	0,15	0,42	0,12
ліва рука	0,36	0,15	0,29	0,13	0,39	0,15
сумарна помилка двох рук	0,76	0,24	0,63	0,24	0,81	0,21
д) інтегративні показники						
права рука	1,25	0,35	1,12	0,39	1,28	0,26
ліва рука	1,12	0,42	1,03	0,24	1,37	0,29
дві руки	2,37	0,69	2,15	0,57	2,65	0,47

вчат майже незначні. У хлопців і дівчат спостерігається відносно стабільна відмінність між сприйняттям часу: як правою, так і лівою рукою. В цілому дівчата мають дещо кращі результати за даним тестом, ніж хлопці. В онтогенезі як у хлопців, так і у дівчат відмічено покращення фенотипічного прояву здібності до сприйняття часу.

Групові показники рівня розвитку здібності до сприйняття часу у спортсменів високого класу наведено у таблиці 2.

Зазначимо, що значний вплив тренувальних засобів спостерігається в розвитку здібності до сприйняття часу (в тесті відтворення часу на секундомірі тривалістю 2–5 с). Результати у спортсменів-чоловіків за інтегративним показником двох рук були більш, ніж в два рази кращими ($\bar{x}=2,15-2,37$ с) в порівнянні із хлопцями 14 років ($\bar{x}=4,90$ с), які мали кращий онтогенетичний розвиток даної здібності серед дітей 7–14

років. Серед спортсменів за результатами даного тесту кращими були чоловіки швидкісно-силових видів спорту, а чоловіки-спортсмени мали кращі результати, ніж жінки. У чоловіків-спортсменів спостерігається ще одна закономірність: спортсмени ігрових видів спорту мали меншу помилку у відтворенні коротких інтервалів часу (2 – 3 с), а чоловіки швидкісно-силових видів спорту – довгих (4 – 5 с). Це, на наш погляд, пояснюється специфікою видів спорту, що формує фенотипічний прояв психомоторної здібності до сприйняття часу. Як бачимо, тренувальні засоби сприяють розвитку психомоторної здібності до сприйняття часу. Фенотипічний прояв здібності до сприйняття часу кращий у спортсменів високого класу, ніж у спортсменок. У спортсменів ігрових видів спорту відбувається кращий розвиток здібності до сприйняття коротких часових відрізків, а у спортсменів швидкісно-силових видів спорту

кращий фенотипічний прояв здібності до сприйняття більш тривалих часових відрізків.

Визначені показники рівня розвитку здібності до сприйняття часу у спортсменів високої кваліфікації можуть вважатися прогностичними психомоторними критеріями для дітей і підлітків у виборі спортивної спеціалізації і визначають перспективність до занять такими видами спорту, де розвиток досліджуваної здібності має велике значення.

Висновки

1. Визначені онтогенетичні особливості розвитку психомоторної здібності до сприйняття часу у хлопців і дівчат 7 – 14 років.

2. Визначені показники рівня розвитку здібності до сприйняття часу у спортсменів високої кваліфікації різних видів спорту.

3. Зроблені рекомендації щодо прогнозу перспективності дітей і підлітків до ігрових та в швидкісно-силових видів спорту для вдосконалення спортивного відбору.



Перспективи подальших досліджень

Перспективним для подальших досліджень може бути вивчення показників рівня розвитку здібностей до диференціації часу та швидкісних параметрів рухів, до сприйняття і диференціації силових параметрів рухів і сприйняття ритму у висококваліфікованих спортсменів різних видів спорту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дудін М.П. Модельні характеристики просторово-часової точності гандболістів віком 15-18 років / М.П. Дудін, Т.А. Кропивницька // Олімпійський спорт і спорт для всіх: IX Міжнар.наук.конгрес, 20-23 вересня 2005 р.: тези доп. – К.: Олімпійська література, 2005. – С. 656.
2. Дячук А.В. Начальная подготовка в художественной гимнастике девочек 7-9 лет с учетом развития восприятия времени : автореф.дис. на соискание науч.степени канд. наук по физическому воспитанию и спорту: спец. 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / А.В. Дячук. – К, 2008. – 21 с.
3. Корягина Ю.В. Восприятие времени и пространства в спортивной деятельности / Корягина Ю.В. – М. : Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. – 224 с.
4. Михтюк Т. Модельні характеристики функціональної підготовленості лижниць в підготовчому періоді річного циклу / Т. Михтюк // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць. – Львів: ЛД УФК, 2011. – т.1. – С.189-192.
5. Поліщук Л.В. Комплексна оцінка просторово-часових параметрів рухів тенісистів високої кваліфікації : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Л.В. Поліщук. – К., 2005. – 19 с.
6. Цуканов Б.Й. Восприятие времени и спортивная специализация / Б.Й. Цуканов // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 10. – С. 32–35.
7. Цуканов Б.Й. Время в психике человека / Цуканов Б.Й. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.
8. Шамардіна Г.М. Основи теорії і методики фізичного виховання : Навч. посібник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту] / Шамардіна Г.М. – Дніпропетровськ : “Пороги”, 2007. – 425 с.
9. Шиян В.М. Критерії відбору бадмінтоністів на етапі попередньої базової підготовки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / В.М. Шиян. – Дніпропетровськ, 2011. – 20 с.

