

Айбалаев А.Ж., Уметалиев Э.Б., Садырова Г.К.

**КЕСИПТИК ОКУУ ЖАЙЛАРДА МАШЫККАН ЭРКИН
СТИЛДЕГИ БАЛБАНДАРДЫН КӨРСӨТКҮЧТӨРҮНҮН ПСИХИКАЛЫК
САПАТТАРЫНЫН ДИНАМИКАСЫ**

Айбалаев А.Ж., Уметалиев Э.Б., Садырова Г.К.

**ДИНАМИКА ПСИХИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ
УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

A.Zh. Aibalaev, E.B. Umetaliev, G.K. Sadyrova

**DYNAMIC OF THE MENTAL QUALITIES INDICATORS OF FREESTYLE
WRESTLERS ENGAGED IN SECONDARY VOCATIONAL SCHOOLS**

УДК: 37.015.3

Макалада атайын-кесиптик окуу жайларда эркин күрөш менен машыккандардын психикалык сапаттарынын көрсөткүчтөрүнүн өзгөчөлүктөрү каралат.

Негизги сөздөр: жөнөкөй реакция, татаал реакция, кыймылдуу предметтерге карата реакция, убакытты сезе билүү, көңүл буруунун интенсивдүүлүгү, эс-тутумдун көлөмү, ыкчам ой жүгүртүү, ыкчам эс-тутум.

В статье рассматриваются особенности показателей психических качеств занимающихся вольной борьбой в специально-профессиональных заведениях.

Ключевые слова: простая реакция, сложная реакция, реакция на движущиеся объекты, чувство времени, интенсивность внимания, объем памяти, оперативное мышление, оперативная память.

The article discusses the features of the mental qualities indicators of freestyle wrestlers engaged in special/vocational education schools

Key words: simple reaction, complex reaction, reaction to moving objects, time sense, intensity of attention, memory capacity, operative thinking, operative memory.

Виды борьбы в наши дни представляют собой многочисленными имеющиеся целостные системы физического, психологического, нравственного воспитания человека.

В спортивной деятельности основной целью является достижение высокого результата.

Целью исследования является изучение особенностей психических качеств борцов вольного стиля.

Задачами исследования является:

- выявление отличия психических качеств борцов;
- определение особенностей психических качеств по возрастным особенностям;
- изучения сенсомоторных координаций борцов разного возраста.

Объектами исследования явились спортсмены, обучающиеся в специально-профессиональных учебных заведениях г. Бишкек.

Одними из основных в вольной борьбе результатами в схватке является быстрота и точность сенсомоторных реакций. Как видно из таблицы 1, борцы в возрасте 13-14 лет имеют

скорость простой реакции $0,24 \pm 0,2$ м. сек. Сложная реакция равна $0,54 \pm 0,01$ м. сек. Реакция на движущийся объект составляет $0,49 \pm 0,01$ м. сек. Специализированное восприятие - «чувство времени» колеблется в пределах $0,19 \pm 0,01$ м. сек. Интенсивность внимания равна $43,3 \pm 0,01$ м. сек. Объем памяти 13-14-летних борцов чуть выше среднего. Из десяти трёхзначных чисел запоминают $18,1 \pm 0,3$. Из них - $11,9 \pm 0,6$ количество неправильно названных чисел.

В тесте на оперативное мышление у юношей 13-14 лет показатель эффективности решения задач составляет 9,1 ходов и время решения задачи, по данным А.В.Родионова исследовавших фехтовальщиков (40), число ходов таких задач равно 7,7, а время решения - 7сек. Исследования В.К. Лопаева показывают, что по точности решения короткой задачи и быстроте решения длинной задачи преимущество перед другими возрастными группами имеют 14- летние подростки.

Частота ударов ногой за 10 секунд равна 16,2-02. При деформации мышечных усилий константная ошибка усилия в 50% от максимума равна (5,1-0,3) кг, константная ошибка 25% от максимального усилия (22,1-0,4) кг. Скорость простой реакции в 15-16-летнем возрасте борцов 13-14-летнего возраста составляет 0,19 м. сек. Это различие достоверное ($P < 0,05$). По данным скорости сложного реагирования точность «чувства времени» равна $0,17-0,01$ м сек., что вполне достоверно.

Точность реакции на движущейся объект к этому возрасту почти не имеет различия и равна 0.48 м. сек. ($P > 0,05$), это недостоверно. В показателях интенсивности внимания также нет изменений по сравнению с юношами в возрасте 13-14 лет ($43,5-0,3$ м сек).

В показателях объема памяти идет небольшое увеличение на 2 м сек и равно $20,1 \pm 0,6$ м сек ($P < 0,05$). Количество неправильных ответов уменьшается на 1,7 ($P < 0,5$).

У борцов 15-16 лет улучшается точность оперативного мышления по эффективности решения задач ($14,0 \pm 0,3$) на 4,9 хода, а по времени, затрачиваемому на решение ($39,1 \pm 1,3$), на 4,7 сек ($P < 0,05$).

Число ходов в короткой задаче ($5,7 \pm 0,2$) укорачивается на $1,1$ ($P < 0,01$), аналогично же и время ($9,5 \pm 0,3$) на $0,6$ ($P < 0,05$).

По эффективности решения длинной задачи ($10,1 \pm 0,2$) наблюдаем менее вероятное достоверное различие по сравнению с данными 13-14-летних борцов ($P < 0,05$). Отмечается незначительное изменение - $0,7$ число ходов в длинной задаче. По времени решения этих задач ($29,9 \pm 1,2$) наблюдается ухудшение на $6,3$ м. сек ($P < 0,05$).

В тесте на оперативную память представители данного возраста отличаются от борцов вольного стиля 13-14-летнего возраста на $4,5$ м сек., соответственно она равна $21,1 \pm 0,5$ м сек ($P < 0,01$). По времени решения задач улучшается на $9,9$ сек ($63,5 \pm 1,2$) ($P < 0,01$) по сравнению с 13-14-летним возрастом. Однако и количество допущенных ошибок практически равно- ($12,4 \pm 0,05$) измерения на $0,6$ ($P < 0,05$).

По этим данным получено недостоверное различие при сравнении с данными юношей в возрасте 13-14 лет ($P > 0,01$).

Показатель интенсивности внимания ($42,2 \pm 0,3$ м сек) улучшается на $6,1-3,3$ сек ($P < 0,05$). В возрасте 18-21 лет объем памяти (количество запоминающих цифр) составляет $21,1 \pm 0,6$. По данному параметру достоверное отличие наблюдается только с данными юношей в возрасте 13-14 лет ($P < 0,05$). Такая же картина наблюдается в количестве ошибок ($P < 0,05$). У юниоров количество неправильных ответов составляет ($8,9 \pm 0,6$). Это наименьшее число ошибок по сравнению с остальными возрастными группами.

Данные оперативного мышления свидетельствуют о том, что юниоры в этом возрасте, как по эффективности ($12,3 \pm 0,3$), так и по времени решения задач ($25,6 \pm 1,0$) отличаются от юношей 13-14 и 15-16-летнего возраста ($P < 0,05$).

По числу ходов в короткой задаче в тесте на оперативное мышление ($5,8 \pm 0,2$) юниоры отличаются только от борцов 13-14-летнего возраста ($P < 0,05$). По времени решения этой задачи наблюдается улучшение по сравнению с данными 13-14-летних и 15-16-летних борцов на $3,1-2,5$ сек. ($P < 0,05$).

Таким образом, борцы 18-21 лет в отличие от юношей предыдущего возраста рациональнее действуют в сложных ситуациях, т.к. в подготовке их все больше применяются длительные тактические завязки.

По эффективности в тесте на оперативную память борцы в возрасте 18-21 лет имеют совсем небольшое различие по сравнению с 13-14 и 15-16-летними борцами - $24,2 \pm 0,6$ ($P < 0,05$). При сравнении данных времени решения задачи юниоры ($62,6 \pm 1,7$) достоверно отличаются только от 13-14-летних борцов ($P < 0,05$). В количестве допущенных ошибок ($10,0 \pm 0,5$) наблюдается тенденция к времени ($3-2,4$); ($P < 0,01$).

По показателям дифференцировки мышечных усилий (константная ошибка 50 % от максимума ($30, \pm 0,6$) в данном возрасте наблюдается некоторое

улучшение по сравнению с данными 13-14 и 15-16-летних спортсменов ($P < 0,01$): для усилия в 25% от максимального у юниоров наблюдается также улучшение по сравнению с данными 13-14 и 15-16-летних борцов ($P < 0,05$).

Борцы вольного стиля в возрасте старше 22 лет (соответственно, спортсмены высокого класса – черные пояса 2-3 дана) имеют скорость простой реакции в пределах $0,16 \pm 0,02$ м сек., что лучше на $0,08-0,03$ м сек. данных юношей ($P < 0,05$). Сравнение результатов с юниорами в возрасте 18-21 лет показало небольшую разницу на $0,01$ м. сек, что статически недостоверно ($P > 0,05$).

Скорость реакции выбора (сложная реакция) к этому возрасту ($0,32 \pm 0,02$) улучшается на $0,22-0,12$ м сек. по сравнению с данными юношей ($P < 0,01$). Взрослые борцы имеют виду, которые занимаются в секции учебной заведении в возрасте 18-21 год имеет также небольшую разницу в $0,07$ м. сек ($P < 0,05$).

Интенсивность внимания ($36,6 \pm 0,7$) показывает достоверное различие по сравнению со всеми возрастными группами, улучшается на $11,7-8,9$ по сравнению юношами, а по сравнению с данными в возрасте 18-21 год - на $5,6$ м. сек ($P < 0,01$).

Объем памяти у взрослых составляет $22,6 \pm 0,5$, что почти не отличается от юниоров ($P > 0,05$). Достоверное различие получено при сравнении с данными юношей ($P < 0,05$). По количеству допущенных ошибок при воспроизведении цифр ($3,5$) достоверное различие наблюдается только с юношами 13-14 лет.

Показатели теста на оперативное мышление свидетельствуют о том, что взрослые борцы по эффективности решения задач ($9,1 \pm 0,3$) отличаются от всех возрастных групп ($P < 0,05$). По времени решения задачи ($16,4 \pm 0,4$) различие получается аналогичное ($P < 0,05$). Число ходов, у взрослых не превышает времени ($5,3 \pm 0,1$) за ($5,4 \pm 0,2$) сек. Достоверное различие получено при сравнении с данными борцов 13-14 лет ($P < 0,05$). Данные решения длинной задачи показывает $8,8 \pm 0,2$ за $11,7 \pm 0,4$ сек, что взрослые борцы имеют преимущество по сравнению с другими возрастными группами ($P < 0,05$). Естественно, здесь сказывается широкий арсенал технико-тактических действий взрослых спортсменов.

В тесте на оперативную память по сумме решения задач ($23,8 \pm 0,5$), взрослые спортсмены отличаются лишь от юношей ($P < 0,05$). При сравнении с показателями юниоров в возрасте 18-21 год получено недостоверное различие ($P > 0,05$). По времени решения задачи ($51,9 \pm 1,1$) наблюдается различие от юношей 13-14 лет ($P < 0,01$) и от юниоров 15-16 лет ($P < 0,05$). При этом в количестве допущенных ошибок имеется ($8,4 \pm 0,5$) различие ($P < 0,05$).

Частота выполнения от ковра в стоя за 10 секунд составляет ($23,8 \pm 0,5$) что на $7,6$ больше. Выполнения упражнения превышают данные

юношей ($P < 0,01$). По отношению к юниорам превышает лишь на 2,5 в ($P < 0,05$).

Константная ошибка при точности дифференцирован мышечных усилий (50%) от максимума равна ($31,6 \pm 0,5$) кг, что на 16,5-14,5 кг лучше данных юношей 13-14 и 15-16- летних. ($P < 0,01$). Однако различие с юниорами статистически недостоверно ($P > 0,05$).

Данные мышечного усилия от максимального в 25% показывают, что взрослые борцы ($17,8 \pm 0,4$) естественно имеют преимущества по сравнению показателями юношей ($P < 0,01$). Недостойное различие имеют с юниорами в возрасте 18-21 год ($P < 0,01$).

Таким образом, показатели сенсомоторных реакций с возрастом улучшаются, и нет спадов на отдельных этапах онтогенеза.

Таблица 1

Динамика показателей психических качеств борцов разного возраста (n=40)

№ п/п	Показатели	Признаки	Возраст			
			13-14 лет	15-16 лет	18-21 лет	Старше 22-х лет
1.б	Простая реакция (м сек)	М	0,24	0,19	0,17	0,16
		м	0,2	0,01	0,05	0,02
		б	0,04	0,05	0,03	0,01
		P	0,6171	0,0171	1,0000	1,0000
2.	Сложная реакция (м сек)	М	0,54	0,44	0,39	0,32
		м	0,01	0,01	0,01	0,02
		б	0,07	0,06	0,07	0,01
		P	0,000	0,000	1,0000	1,0000
3.	Р.Д.О. (реакция на движущиеся объект) (м сек)	М	0,49	0,48	0,46	0,33
		м	0,01	0,01	0,01	0,01
		б	0,07	0,06	0,05	0,04
		P	1,0000	1,0000	0,0000	0,0000
4.	Чувство времени (м сек)	М	0,19	0,17	0,16	0,16
		м	0,01	0,01	0,004	0,02
		б	0,06	0,04	0,02	0,01
		P	1,0000	1,0000	1,0000	1,0000
5.	Интенсивность внимания (м сек)	М	48,3	45,5	42,2	36,6
		м	0,01	0,3	0,3	0,7
		б	0,06	3,1	1,7	3,6
		P	0,0000	0,0000	0,0719	0,0719
6.	Объем памяти (количество запоминающих цифр)	М	16,1	20,1	21,1	22,6
		м	0,3	0,6	0,6	0,5
		б	1,8	3,3	3,6	2,5
		P	0,0000	0,0000	0,1096	0,1096
7.	Количество ошибок	М	13,9	10,2	8,9	10,4
		м	0,6	0,6	0,6	1,0
		б	3,6	3,3	3,3	5,2
		P	0,0000	0,0000	0,0010	0,0010
8.	Оперативное мышление (число ходов)	М	12,3	9,1	14,0	15,3
		м	0,6	0,3	0,3	0,3
		б	3,3	2,1	2,0	1,7
		P	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
9.	Время решения задачи (м сек)	М	34,4	39,1	25,6	16,4
		м	0,3	1,3	1,0	0,4
		б	1,9	7,2	5,4	2,4
		P	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
10.	Число ходов в короткой задаче (м сек)	М	6,8	5,7	5,8	5,3
		м	0,1	0,2	0,2	0,1
		б	6,9	1,1	1,1	0,7
		P	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
11	Время решения задач (м сек)	М	10,1	9,5	7,0	5,4
		м	0,2	0,3	0,3	0,2
		б	1,1	1,7	2,1	1,0
		P	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
12	Число ходов в длинной задаче (м сек)	М	10,7	10,0	9,4	8,8
		м	0,4	0,2	0,2	0,2
		б	2,6	1,3	1,4	1,3
		P	0,6892	0,6892	0,0000	0,0000

13	Время решения задачи (м сек)	М	23,6	29,9	19,0	11,7
		м	0,2	1,2	0,8	0,4
		б	1,5	6,5	4,8	2,4
		Р	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
14	Оперативная память (м сек), (результат)	М	16,6	21,1	24,2	23,8
		м	0,9	0,5	0,6	0,5
		б	5,3	3,1	3,4	2,7
		Р	0,0000	0,0000	0,2301	0,2301
15	Время решения задачи	М	73,4	63,5	62,6	51,9
		м	2,2	1,2	1,7	1,1
		б	1,9	6,6	9,2	5,4
		Р	0,0000	0,0003	0,0000	0,0000
16	Количество ошибок	М	13,0	12,4	10,0	8,4
		м	0,7	0,05	0,5	0,5
		б	4,1	3,1	2,7	2,7
		Р	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
17	Частота выполнение упражнений (за 10 сек)	М	16,2	18,8	21,3	23,8
		м	0,2	0,6	0,6	0,5
		б	1,4	3,6	3,3	2,6
		Р	0,0000	0,0000	0,9203	0,9203
18	Дифференциация мышечных усилий (константная ошибка 50%)	М	15,1	17,1	30,9	31,6
		м	0,3	0,3	0,6	0,5
		б	2,7	2,1	3,7	2,8
		Р	0,0051	0,0051	0,4237	0,4237
19	Дифференциация мышечных усилий (константная ошибка 25%)	М	22,1	22,7	18,0	17,8
		м	0,4	0,4	0,5	0,4
		б	2,4	2,6	3,0	2,0
		Р	0,6892	0,6892	0,3681	0,3681

Выводы

По проведенным исследованиям наблюдается в показателях интенсивность внимания, где юниоры опережают взрослых борцов. По данным объема памяти взрослые борцы имеют преимущество перед другими возрастными группами. В остальных показателях взрослые борцы уступают юниорам и юношам 15-16 лет.

Литература:

1. Асмалов А.Г. Психология личности. - М., 1985. - С. 56-62.
2. Ашмарин Б.А. Методика педагогических исследований в физическом воспитании. - Л., 1973. - С. 152.
3. Лопаев В.К. Тактическая подготовка юных баскетболистов в связи с особенностями оперативного

мышления: Автореф. дисс... канд.пед.наук. - М., 1978. - С. 20.

4. Орехов Л.И. Эксперимент как метод исследования в физическом воспитании и спорта. - Алматы: Каз ИФК, 1995. - С. 56.
5. Родионов А.В. Психология спорта высших достижение. - М.: Физическая культура и спорт, 1979. - С. 142.
6. Родионов А.В. Психолого-педагогические методы повышения эффективности решение оперативной задачи в спорте: Автореф. дисс... к.пед.наук. - М., 1990. - С. 43.
7. Чикова О.М. Психологические особенности спортивной деятельности и личности спортсмена: Учебное пособие для училищ Олимпийского резерва. - М.: Просвещение, 1993. - С. 76.
8. Шамуратов Ю.А. Методика обучения вольной борьбе // Актуальные проблемы спортивной борьбы. - М., 1998. - С. 7-11.

Рецензент: к.пед.н., доцент Исабеков А.А.