

УДК 159.9.072

ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОМОТОРИКИ ЮНЫХ ХОККЕИСТОВ С МЯЧОМ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ФИНАЛЬНОМУ ЭТАПУ ВСЕРОССИЙСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ

Виктор Владимирович Мезенцев, кандидат педагогических наук, доцент, Олег Zufarovich Ziganshin, доцент, председатель федерации хоккея с мячом Хабаровска, Павел Дмитриевич Попов, старший преподаватель, Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск

Аннотация

Целью данного исследования явилось изучение показателей психомоторики юных хоккеистов с мячом 2007 года рождения занимающихся в спортивной школе олимпийского резерва «СКА – Нефтяник» в процессе подготовки к финальному этапу Всероссийских соревнований. В ходе проведенного исследования показателей психомоторики на протяжении трех месяцев с февраля 2023 года по апрель 2023 года, было установлено, что практически все показатели имеют довольно высокий уровень развития психомоторных способностей, что позволило занять юными хоккеистами первое место во Всероссийских соревнованиях по хоккею с мячом среди юношей 2007 года рождения.

Ключевые слова: психомоторика, хоккей с мячом, юные хоккеисты с мячом, финальный этап, Всероссийские соревнования, тренировочный процесс, аппаратно-программный комплекс (АПК) «НС-Психотест»

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p429-432

CHANGING THE PSYCHOMOTOR INDICATORS OF YOUNG BANDYPLAYERS IN THE PROCESS OF PREPARING FOR THE FINAL STAGE OF ALL-RUSSIAN COMPETITIONS

Victor Vladimirovich Mezentsev, candidate of pedagogical sciences, docent, Oleg Zufarovich Ziganshin, docent, chairman of the Bandy Federation of Khabarovsk, Pavel Dmitrievich Popov, senior teacher, Far Eastern State Academy of Physical Culture, Khabarovsk

Abstract

The purpose of this study was to study the psychomotor performance of young bandy players born in 2007 at the «СКА-Neftyanik» Olympic reserve sports school in preparation for the final stage of the All-Russian competitions. In the course of a study of psychomotor indicators for three months from February 2023 to April 2023, it was found that almost all indicators have a fairly high level of development of psychomotor abilities, which allowed young hockey players to take first place in the All-Russian hockey competitions among young men born in 2007.

Keywords: psychomotorics, bandy, young bandy players, final stage, All-Russian competitions, training process, hardware and software complex (APK) "NS-Psychotest".

В ходе подготовки к финальному этапу Всероссийских соревнований по хоккею с мячом у юных хоккеистов проводилось тестирование показателей психомоторики при помощи психофизиологического комплекса «НС-Психотест» в утренние часы в здании Краевого дворца хоккея с мячом «Арена – «Ерофей» [1].

Тестирование проводилось на протяжении трех месяцев с февраля 2023 года по апрель 2023 года, причем в апреле было сделано исследование за неделю до соревнований и после завершения соревнований. Количество обследованных юных хоккеистов с мячом составило по 16 человек в каждом обследовании.

На протяжении двух недельного периода (с 30 января по 12 февраля 2023 года) юные хоккеисты с мячом 2007 года рождения в ходе тренировочного процесса занимались в среднем 4 раза в неделю в подготовительную часть тренировки были включены разминочные упражнения, продолжительностью 10–15 минут, 2 раза в неделю – отработкой технико-тактических действий по 25 минут и 1 раз – 45 минут, 3 раза в неделю проводилась

интегральная подготовка по 20–30 минут, отработка стандартных положений проводилась от 1 до 3 раз в неделю, продолжительность которых составляла 25 минут и 1 раз в неделю осуществлялась техническая подготовка хоккеистов – 25 минут. По одному разу на протяжении двух недель проводились занятия на велотренажерах продолжительностью 15 минут, на верхний плечевой пояс – 30 минут и на брюшной пресс – 20 минут.

С 8 по 19 марта 2023 года юные хоккеисты с мячом 2007 года рождения в ходе тренировочного процесса 2 раза на протяжении двух недель занимались в ходе подготовительной части разминочными упражнениями по 10 минут, 2 раза в неделю отработкой технико-тактических действий по 25 минут, 3 раза в неделю интегральной подготовкой по 25–35 минут, 3 раза на протяжении второй недели было занятие на велотренажерах продолжительностью 15–25 минут и 1 раз на второй неделе давались 7 конькобежных упражнений в спортивном зале.

С 20 марта по 2 апреля 2023 года юные хоккеисты с мячом занимались 4-5 раз в неделю отработкой технико-тактических действий по 30–40 минут, 5 раз в неделю интегральной подготовкой по 30–50 минут в среднем и 1 раз – 60 минут. Занятия на велотренажерах проводились 4-5 раз в неделю продолжительностью 15–25 минут, 1-2 раза в неделю выполнялись силовые упражнения на верхний плечевой пояс по 10 минут. Один раз на первой неделе и три раза на второй неделе выполнялась отработка стандартных положений по 30 минут. Один раз в неделю давались упражнения на совершенствование техники передвижения на коньках (3 и 4 «конверта») и 1 раз на первой неделе – 5 «конвертов». На первой неделе выполнялись 12 конькобежных упражнений и 10 прыжковых упражнений в спортивном зале.

Перед началом соревнований с 3 по 8 апреля 2023 года юноши занимались 4 раза в неделю отработкой технико-тактических действий по 30 минут, 4 раза в неделю интегральной подготовкой по 30 минут, 4 раза в неделю выполнялась отработка стандартных положений по 30 минут и 4 раза на протяжении недели было занятие на велотренажерах продолжительностью 15 минут.

После участия в соревнованиях в восстановительный период с 17 по 23 апреля 2023 года юные хоккеисты с мячом выполняли три раза неделю в подготовительной части тренировки разминочные упражнения по 15 минут, 6 раз на протяжении недели интегральной подготовкой по 45 минут и занятия на велотренажерах 2 раза продолжительностью 15 мин.

В ходе проведенного исследования показатель простой зрительно-моторной реакции (мс) несколько ухудшился, начиная с марта 2023 года (228,5 мс – средняя скорость сенсомоторной реакции) по апрель 2023 года (229 мс – средняя скорость сенсомоторной реакции) по сравнению с показателем февраля 2023 года (218 мс – средняя скорость сенсомоторной реакции), но не имел достоверных различий (таблица).

Таблица – Изменение показателей психомоторики юных хоккеистов с мячом 2007 года рождения

Показатели психомоторики	Февраль 2023	Март 2023	Апрель 2023	Апрель 2023
Простая зрительно-моторная реакция (мс)	218±4,1	228,5±8,1	229±3,5	229±5,2
Ориентировочно зрительно-поисковая реакция (с)	34±2,7	33±2,2	33±1,5	33±1,7
Реакция выбора (мс)	348,5±11,3	335±6,5	351±6,4	357±8,5
Количество ошибок на красный цвет (раз)	0,3±0,08	0,4±0,1	0,25±0,07	0,5±0,1
Количество ошибок на зеленый цвет (раз)	0,4±0,08	0,4±0,1	0,3±0,2	0,25±0,07
Концентрация внимания (мс)	274±6,3	244±2,7	287±6,9	299±8,1
Объемное внимание (мс)	336±8,5	328±7,3	357±8,0	362±9,1
Количество ошибок на цвет (раз)	0,5±0,2	0,6±0,1	0,25±0,07	0,1±0,07
Реакция различения (мс)	326±9,4	325±6,2	333±12,6	322±8,4
Количество ошибок на цвет (раз)	0,5±0,2	0,6±0,2	0,9±0,1	0,5±0,1
Количество точных реакций (раз) в РДО	12,5±0,2	13±0,5	13±0,4	14±0,4
КЧСМ (Гц)	39±0,6	40±0,5	41±0,6	41±0,7

Такой показатель как: время ориентировочно зрительно-поисковой реакции (ОЗПР) у хоккеистов с мячом в ходе эксперимента практически не изменилось и в среднем

составило 33 секунды (выше среднего показатель).

Другие показатели, такие как критическая частота световых мельканий (КЧСМ) (Гц) и количество точных реакций на движущийся объект (раз) имели тенденцию к улучшению, но достоверных различий не было выявлено и в среднем составили 40 Гц (высокая подвижность нервных процессов в корковом отделе зрительного анализатора) и 13 раз (средний уровень точности реакций) соответственно.

Показатель сложной зрительно-моторной реакции (реакция выбора) у юных хоккеистов с мячом в ходе исследования незначительно то снижался, то повышался, но достоверных различий не было выявлено и в среднем он составил 348 мс (средняя скорость сенсомоторной реакции), а вот количество ошибок на красный цвет (раз) достоверно снизилось с 0,4 (март 2023 г) до 0,25 (апрель 2023 г) на 37,5% и после проведения соревнований этот показатель достоверно ухудшился на 100% (0,5раз) по сравнению с показателем апреля 2023 года (0,25раз) и, наконец, количество ошибок на зеленый цвет (раз) достоверно снизилось с 0,4 (февраль 2023 г) до 0,25 (апрель 2023 после соревнований), процента прироста составил 25 ($p < 0,05$).

В ходе исследования показатель концентрации внимания (мс) у спортсменов достоверно улучшился до 244 мс – промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности (март 2023 г) на 11% по сравнению с показателем февраля 2023 г (274 мс – промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности), но затем достоверно ухудшился на 17,6% с 244 мс – промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности (март 2023 г) до 287 мс – промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности (апрель 2023 г). После проведения соревнований показатель еще достоверно ухудшился до 299 мс – промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности – по сравнению с показателем марта 2023 года – 244 мс на 18,4% ($p < 0,05$).

Показатель объемного внимания (мс), начиная с марта 2023 года (328 мс – промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности) имел тенденцию к ухудшению и показатель, зафиксированный после проведения соревнований в апреле 2023 года (362 мс – инертный тип высшей нервной деятельности), достоверно ухудшился на 10,3% по сравнению с показателем марта 2023 года, а вот количество ошибок на цвет (раз) достоверно снизилось с 0,6 (март 2023 г) до 0,25 (апрель 2023 г), процент улучшения составил 58,4, а показатель апреля 2023 года, зарегистрированный после проведения соревнований составил 0,1 раза и достоверно улучшился на 83,3% по сравнению с показателем марта 2023 года (0,6раз) и на 80% достоверно улучшился по сравнению с показателем февраля 2023 года – 0,5 раз.

Показатель реакции различения (мс) у юных хоккеистов в ходе исследования практически не изменился и в среднем составил 326,5 мс (промежуточный тип между инертным и подвижным типом высшей нервной деятельности) ($p > 0,05$), но при этом количество ошибок на другой цвет (раз) достоверно ухудшилось с 0,5 (февраль 2023 г) до 0,9 (апрель 2023 г) на 80%, а потом показатель, зафиксированный после проведения соревнований в апреле месяце (0,5 раз) достоверно улучшился на 80% по сравнению с показателем апреля 2023 года до проведения соревнований, тем самым показатель апреля 2023 года после проведения соревнований вернулся к исходному показателю февраля 2023 года.

В результате проведенного исследования показателей психомоторики юных хоккеистов с мячом 2007 года рождения с февраля 2023 года по апрель 2023 года при подготовке к финальному этапу Всероссийских соревнований можно отметить, что практически все показатели, кроме показателя объемного внимания (ниже среднего уровень), соответствуют среднему уровню развития психомоторных способностей, а показатель КЧСМ соответствует высокому уровню и показатель времени ориентировочно зрительно-поисковой реакции (ОЗПР) у хоккеистов с мячом в ходе эксперимента характеризуется выше среднего

уровня развития психомоторных способностей.

Можно отметить высокие адаптационные возможности юных хоккеистов с мячом 2007 года рождения к физическим нагрузкам в тренировочном процессе, что отразилось на большинстве показателей психомоторики, которые не имели динамики резкого их колебания в сторону снижения, особенно после выступления на соревнованиях. И лишь такие показатели как объемное внимание (мс), концентрация внимания (мс) и количество ошибок на красный цвет (раз) в реакции выбора (мс) имели некоторые колебания в сторону то улучшения, то ухудшения в ходе исследования и в результате итоговые показатели, зафиксированные в апреле 2023 года после соревнований, достоверно ухудшились по сравнению с показателями февраля 2023 года.

Благодаря, осуществлению постоянного текущего контроля психофизического состояния, в том числе показателей психомоторики у юных хоккеистов с мячом 2007 года рождения, выступавших за команды «СКА – Нефтяник», и внесению своевременных коррекций в их тренировочный процесс, сказалось на результатах выступления команды, что позволило юным хоккеистам с мячом уверенно занять первое место на Всероссийских соревнованиях среди юношей 2007-2008 г. р. Подопечные тренера Ивана Кондрашкина не оставили своим соперникам ни единого шанса в борьбе за первенство, выиграв все семь матчей финального турнира с общим счетом 38:11!

ЛИТЕРАТУРА

1. Изменение показателей психофункционального состояния игроков команды «СКА – Нефтяник» по хоккею с мячом 2007 года рождения / О.З. Зиганшин, В.В. Мезенцев, А.Л. Крамаренко [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 12 (214). – С. 206–210.

REFERENCES

1. Ziganshin, O.Z., Mezentsev, V.V., Kramarenko, A.L., Popov, P.D. and Kondrashkin, I.V. (2022), "Change in the psycho-functional state of players of the SKA – Neftyanik team in ball hockey born in 2007", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 12 (214), pp. 206–210.

Контактная информация: popov-pavel96@mail.ru

Статья поступила в редакцию 07.08.2023

УДК 159.99

ДИАГНОСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОБРАЗНЫХ И АРТИСТИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ГИМНАСТОК С ПРИЗНАКАМИ ОДАРЕННОСТИ

Марьяна Ивановна Мурзина, лаборант-исследователь, Психологический институт Российской академии образования, Москва, магистрант, Казанский федеральный университет, Казань; Ольга Геннадьевна Лопухова, кандидат психологических наук, доцент, Казанский федеральный университет, Казань

Аннотация

Статья посвящена обоснованию применения арт-диагностики эмоционально-образных и артистических способностей начинающих спортсменок, занимающихся художественной гимнастикой, с признаками одаренности. В качестве такого метода применена авторская методика «Рисунок в круге» (не валидизирована в настоящее время), которая использовалась вместе с методиками «ССПД-М2» В.И. Моросановой на выявление индивидуального стиля саморегуляции и измерения самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в адаптации А.М. Прихожан. Выделены критерии рисунков, по которым можно выявлять гимнасток с признаками одаренности (мотивы рисунков, креативность, чувство гармонии, возраст фигуры изображенной гимнастки, большая цветность, изобилие мелких деталей). Выявлена взаимосвязь между показателями субъективных методов оценки признаков одаренности (самооценка с проявлением специфической субъектности, высокий уровень