

1186

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

МОХАМЕД ЛОТФИ МОХАМЕД ТАХА

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ СРЕДСТВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ БАСКЕТБОЛИСТОВ**

13.00.04 — теория и методика физического воспитания
и спортивной тренировки (включая методику
лечебной физкультуры)

19.00.01 — общая психология

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Москва — 1981

Работа выполнена в Государственном Центральном ордена
Ленина институте физической культуры.

Научные руководители:

доцент, кандидат психологических наук Л. Н. ДАНИЛИНА
кандидат педагогических наук М. С. БРИЛЬ

Официальные оппоненты:

доктор педагогических наук, профессор А. М. ШЛЕМИН
кандидат психологических наук П. А. ЖОРОВ

Ведущее научное учреждение: Казахский Государственный
институт физической культуры.

Защита состоится « 17 » 1981 г. в 13 ча-
сов на заседании специализированного совета КО 46.01.01 по
присуждению ученой степени кандидата педагогических наук
в Государственном Центральном ордена Ленина институте фи-
зической культуры (Москва, Сиреневый бульвар, 4).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке инсти-
тута.

Автореферат разослан « 2 » 1981 г.

Ученый секретарь специализированного совета,
доцент, кандидат педагогических наук
Ю. Н. ПРИМАКОВ

Ю. Н. Примаков

8718

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

ЧИТАЛЬНА ЗАЛ
ЛДУФК

Актуальность исследования состоит в необходимости разработки средств общей психологической подготовки юных баскетболистов в целях повышения уровня выполнения технических приемов.

Рассматривая общую психологическую подготовку спортсмена как педагогический процесс, ведущие психологи спорта/Рудик П.А., Пуни А.Ц., 1965 / указывают, что благодаря целенаправленному формированию психических процессов и свойств личности ускоряется процесс их развития и более эффективным становится процесс обучения двигательным навыкам.

От тесной взаимосвязи всех видов подготовки, в частности психологической и технической, во многом зависит эффективность подготовки спортсменов и результативность их деятельности / Пуни А.Ц., 1959; Лалаян А.А., 1968; Рудик П.А., 1974; Родионов А.В., 1979 и др. /. Эта связь двусторонняя, то есть психические процессы, обеспечивающие эффективность техники, также совершенствуются в процессе тренировки / Пуни А.Ц., 1969; Родионов А.В., 1979 /.

Однако проблема взаимосвязи психологической и технической подготовки юных спортсменов представлена в литературе недостаточно. Авторы, разрабатывающие эту проблему, в частности Лалаян А.А. /1968/, указывают, что одной из важных задач общей психологической подготовки юных спортсменов является изучение и развитие психических качеств. Научно обоснованное содержание общей психологической подготовки юных спортсменов имеет важное принципиальное значение, так как при этом в первую очередь осуществляется принцип взаимосвязи обучения и развития.

Научная новизна исследования заключается в том, что автором предлагается новый подход к психологической подготовке на-

чинающих баскетболистов, направленной на оптимизацию процесса овладения техникой. Сущность нового подхода состоит в целенаправленном формировании психических функций, наиболее важных в баскетбольной деятельности, и, как следствие этого, в ускорении процесса овладения техникой. Впервые предложена программа специальных упражнений для осуществления психологической подготовки начинающих баскетболистов 10-11 лет. Исследование обогащает новыми данными проблему психологической подготовки юных спортсменов. В нем определены важнейшие психические процессы и свойства личности, связанные с технической подготовкой начинающих баскетболистов.

Практическая значимость работы отражена в рекомендациях, которые служат средством психологической подготовки начинающих баскетболистов. Конкретно это находит выражение в программе специальных упражнений, направленных на формирование выделенных в качестве необходимых психических функций юных баскетболистов. Программа представляет собой модель построения системы упражнений, разработанных на основе определенных требований к формированию каждой психической функции.

В гипотезе исследования, исходя из положения о взаимной связи всех видов подготовки, в частности психологической и технической, мы предположили, что применение специальных упражнений, направленных на формирование наиболее значимых в баскетболе психических функций, будет в свою очередь повышать качество техники. Наиболее оптимальным периодом развития психических функций, а следовательно, более эффективного овладения техническими приемами, очевидно, является этап начальной спортивной специализации.

Положения. выносимые на защиту.

1. Необходимость осуществления общей психологической подготовки на начальном этапе обучения баскетболу, которая должна состоять в формировании психических функций, наиболее важных для овладения техникой.

2. Средства общей психологической подготовки начинающих баскетболистов основаны на применении специальных упражнений, направленных на формирование психических функций (мышечно-двигательной чувствительности, реакции на движущийся объект, интенсивности, устойчивости и переключения внимания), наиболее важных для овладения техникой на этапе начальной спортивной подготовки.

3. Предлагаемые средства общей психологической подготовки влияют на повышение уровня протекания психических процессов, что способствует оптимизации технической подготовки юных баскетболистов.

Задачи исследования. решение которых было необходимо для доказательства выдвигаемых положений:

1) определить значение и место общей психологической подготовки в процессе овладения техникой баскетбола на этапе начальной спортивной специализации;

2) выделить психические функции, необходимые для эффективного выполнения технических приемов начинающими баскетболистами;

3) исследовать степень влияния процесса целенаправленного формирования этих функций на эффективность усвоения технических приемов;

4) разработать средства общей психологической подготовки начинающих баскетболистов.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы: 1 - метод эксперимента, который представлен в работе в двух вариантах: лабораторном и педагогическом; 2 - метод анкетирования; 3 - метод тестов; 4 - методы математико-статистической обработки данных.

Методология и методы исследования. В исследовании мы исходили из известного положения марксизма-ленинизма о развитии психики, одного из основных принципов марксистской психологии - принципа единства сознания и деятельности, а также из фундаментальных методологических и теоретических положений о взаимосвязи обучения и развития, о ведущей роли обучения в развитии психики ребенка (Выготский Л.С., 1972; Гальперин П.Я., 1963; Давыдов В.В., 1978; Леонтьев А.Н., 1965; Рубинштейн С.Л., 1946).

В работе применялись следующие методики и приспособления.

Реакция на движущийся объект измерялась с применением электросекундомера ПВ-53. Мышечно-двигательная чувствительность измерялась при помощи модифицированного варианта портативного тренометра / Бриль М.С., 1979 /. Для изучения свойств внимания применялся корректурный тест с кольцами Ландольта (модификация методики Ю.К. Чижова, 1970). Уровень определялся специальной методикой, предложенной Брилем М.С. / 1976 /. Подвижность нервной системы изучалась при помощи измерения времени реакции в условиях переделки сигнального значения раздражителей.

Для определения уровня технической подготовленности использовались тесты, составляющие основные приемы техники игры и включенные в программу ДЮСШ по баскетболу / 1972 /, а именно: оценка времени ведения мяча 20 м и техники ведения в баллах; оценка времени ведения мяча с последующим броском, техники ведения в баллах и количество попаданий; количество попаданий

штрафных бросков; количество передач мяча в стену за 30 сек.

Из приемов математической обработки данных мы использовали традиционные методы статистического анализа. Для сравнения показателей экспериментальной и контрольной групп испытуемых вычислялась достоверность различий с помощью t -критерия Стьюдента; для определения степени согласованности мнения тренеров вычислялся коэффициент конкордации. Для выявления взаимосвязи показателей определялся коэффициент ранговой корреляции, на основании которого применялся метод максимального корреляционного пути / Л.К.Выханду, 1964 /.

Метод анкетирования применялся для изучения мнения тренеров ДЮСШ о содержании общей психологической подготовки начинающих баскетболистов.

Педагогический эксперимент состоял в систематическом применении средств общей психологической подготовки, специально разработанных для начинающих баскетболистов.

В качестве объекта исследования была взята деятельность начинающих баскетболистов 10-11 лет. Исследование проводилось на базе ДЮСШ по баскетболу г.Москвы.

Предметом исследования явились наиболее значимые для овладения техникой баскетбола психические функции и их целенаправленное формирование под влиянием специально разработанных упражнений.

Апробация работы осуществлялась: а) в докладах на заседаниях и конференциях кафедр психологии и баскетбола ГЦОЛИФК и отдела теории и методики спортивных игр ВНИИФК; б) при представлении диссертации к защите на кафедре психологии ГЦОЛИФК.

Объем и структура работы. Диссертация изложена на страницах машинописного текста и состоит из введения, четырех

глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложения.

Во введении дано краткое обоснование избранного направления и представлены положения, выносимые на защиту. Первая глава содержит анализ состояния проблемы по литературным данным, психологическую характеристику технической подготовки юных баскетболистов и постановку проблемы с формулировкой гипотезы. Во второй главе поставлены задачи исследования, дается обоснование выбора изучаемых психических функций и описание применяемых методов, излагается организация исследования. В третьей главе - представлены результаты исследования изучаемых психических процессов, свойств личности и технических приёмов и их изменения на протяжении педагогического эксперимента. В четвертой главе дается обсуждение полученных результатов исследования. Фактический материал диссертации представлен в 19 рисунках, 11 таблицах, 2 приложениях. Список литературы включает 226 наименований, из них 17 на иностранных языках.

Основные факты и положения, вытекающие из результатов исследования.

Психологическая характеристика технической подготовки юных баскетболистов показала, что для точного выполнения всех технических приемов в условиях быстрой смены игровых ситуаций, острого дефицита времени, противодействия противников от игроков требуется высокий уровень развития ряда психических функций, таких как интенсивность, устойчивость, распределение и переключение внимания / Бриль М.С., 1968; Родионов А.В., 1969; Степанова М.Н., 1971; Бабушкин В.З., 1976 и др. /, точность мышечных ощущений, умение дифференцировать мышечные усилия

/ Бриль М.С., Родионов А.В., 1968 /, реакции на движущийся объект / Бриль М.С., 1968; Янев В.Х., 1971; Яхонтов Б.Р., Григорьев Г.Н., 1976; Бабушкин В.З., 1976/.

Развитие мышечно-двигательной чувствительности, по многочисленным данным литературы, происходит под влиянием таких факторов, как естественные возрастные изменения двигательного анализатора, а также под влиянием тренировки спортсменов, в результате чего происходит дифференцированное формирование тех двигательных анализаторов, которые выполняют ведущую роль в данной деятельности / Пуни А.Ц., 1961; Роман Р.А., 1965; Талышев Ф.М., 1963; Онищенко И.М., 1967 /.

Анализ литературы по вопросам изучения реакции на движущийся объект показал специфичность этого вида реакции для баскетбольной деятельности. Установлено, что показатели реакции на движущийся объект у детей младшего школьного возраста несколько хуже, чем у подростков и взрослых. Кроме того, отмечена возможность совершенствования реакции на движущийся объект в тренировочном процессе / Матова М.А., 1965 /.

Авторы, изучающие особенности отдельных свойств внимания у детей младшего школьного возраста отмечают, что их развитие происходит неодинаково. Как особенность они выделяют недостаточную устойчивость их внимания / Кляцкая М.И., 1963; Фоменко Л.Н., 1968; Диева Н.П., 1970 /, медленное переключение внимания / Диева Н.П., 1970; Оя С., 1974 /, слабую способность распределять внимание / Рудик П.А., 1974 /. Однако, по данным Оя С.М. / 1974 /, значительно возрастает интенсивность внимания детей в этом возрасте.

В результате исследования Диевой Н.П. / 1970 / установлено, что для формирования каждого свойства внимания можно выде-

лить комплекс факторов. Например, при воспитании устойчивости необходимо понимание значимости, при воспитании распределения внимания необходимо уже владеть определенными навыками и умениями, а также необходима упражняемость в деятельности. Такого же мнения придерживаются и другие авторы / Решук А.С., 1970; Рудин П.А., 1974 /. А для воспитания переключения требуется наличие элементарных навыков в определенной деятельности. Таким образом, формирование распределения внимания в этом возрасте связано со значительными трудностями, так как оно требует в совершенстве владеть приемами тех видов деятельности, на которые распределяется внимание. Поэтому наиболее рационально в начальный период подготовки формировать у спортсменов переключение внимания.

Анализ литературы показал, что наряду с психическими функциями большое влияние на эффективность деятельности оказывают такие свойства личности, как уровень притязаний, динамика которого зависит от успехов и неудач в деятельности / Гербачевский В.К., 1970; Гошек В., 1970; Сафин В.Ф., Кузьмина З.В., 1972, Келишев И.Г., 1975 /.

Кроме этого, в баскетбольной деятельности важное значение для успешного выполнения действия имеет подвижность нервных процессов, которая во многом обеспечивает быстроту и качество формирования динамических стереотипов при овладении техническими приемами / Бриль М.С., 1968; Козлова О.Б., 1976; Вяткин Б.А. 1978 /.

Анализ литературы позволяет заключить, что связь между совершенствованием спортивной техники и развитием отдельных психических процессов двусторонняя: улучшение техники выполнения двигательных действий способствует развитию психических процес-

ооо и наоборот. Многие авторы подчеркивают мнение о том, что наилучшим образом процесс формирования двигательных навыков протекает при активном педагогическом воздействии на психические функции и свойства личности спортсмена / Савенков Г.И., 1969; Пуни А.Ц., 1971; Рудик П.А., 1974 и др. /.

Целью настоящего исследования является поиск оптимальных средств психологической подготовки, способствующих ускорению процессов освоения техники баскетбола в период начальной спортивной специализации.

С целью конкретизации задач исследования и уточнения плана педагогического эксперимента был проведен опрос тренеров по баскетболу. Его результаты показали, что все опрошенные считают необходимым осуществлять общую психологическую подготовку в работе с юными баскетболистами, однако у большинства тренеров нет четкого представления о содержании и системе средств ее осуществления. Среди опрошенных нет единого мнения о том, какие психические функции они считают наиболее важными для овладения техникой в начальном периоде подготовки юных баскетболистов, на что указывает низкий коэффициент конкордации (порядка 0,173).

Исходя из результатов опроса и анализа литературы, мы разработали специальную программу упражнений, отражающих реальную баскетбольную деятельность и направленную на формирование специфических психических функций.

Объектами педагогического воздействия в данном исследовании являлись психические функции: реакция на движущийся объект, мышечно-двигательная чувствительность и свойства внимания (интенсивность, устойчивость и переключение).

Программа состояла из трех групп упражнений, направленных

на формирование указанных психических функций. В ней дана структура выполнения упражнений, их психологическая интерпретация, а также указаны дозировка и усложнения.

Педагогический эксперимент, включающий применение программы, проводился нами в течение одного года (с мая 1978 по май 1979 г.) и состоял из двух этапов. Сравнение первого (исходного) измерения со вторым давало возможность судить об изменениях, прошедших на первом этапе педагогического эксперимента. Сравнение второго и третьего измерения позволяет подвести итог второму этапу и всему эксперименту.

При анализе исходных данных не обнаружено достоверных различий по рассматриваемым параметрам у испытуемых экспериментальной и контрольной групп.

Анализ исходных данных, проведенный методом максимального корреляционного пути, показал, что в обеих группах структура связи между психическими функциями и техническими приемами составляет отдельные блоки, то есть в начале эксперимента не обнаружена взаимосвязь между ними (см.рис. I).

Таким образом, анализ исходных данных, проведенный в начале педагогического эксперимента по методу максимального корреляционного пути, а также с помощью t -критерия Стьюдента, не выявил различий между показателями экспериментальной и контрольной групп.

Анализ результатов первого этапа педагогического эксперимента

Первый этап педагогического эксперимента проводился шесть месяцев. За это время большинство изучаемых показателей экспериментальной группы улучшились на статистически достоверную

величину. Психические функции, которые в эксперименте подвергались специальному воздействию, значительно улучшились, кроме переключения внимания. По показателям реакции на движущийся объект и мышечно-двигательной чувствительности, интенсивности и устойчивости внимания между первым и вторым измерениями имеются достоверные различия. Все восемь показателей техники во втором измерении оказались значительно выше, чем в первом (различия по всем параметрам статистически достоверны). В контрольной группе не по всем показателям изменения оказались статистически достоверными. Из психических функций улучшились показатели интенсивности и устойчивости внимания. Из технических показателей - времени ведения мяча и бросок и передача мяча. Хотя показатели реакции на движущийся объект и мышечно-двигательной чувствительности во втором измерении несколько выше, чем в первом, но эти улучшения незначительны.

Сравнение показателей экспериментальной и контрольной групп, полученные в конце первого этапа эксперимента с помощью Т-критерия, показало, что различия между ними еще не достигают достоверного уровня значимости (кроме показателя уровня притязаний), хотя по всем параметрам прирост показателей в экспериментальной группе больше, чем в контрольной.

Существенное различие в уровне притязаний мы можем объяснить тем, что за период эксперимента в обеих группах улучшились показатели овладения техникой игры, что вызвало у детей повышенный интерес к занятиям и, как следствие этого, оказало влияние на повышение показателей уровня притязаний. Однако в экспериментальной группе он оказался значительно выше, чем в контрольной.

Корреляционный анализ показателей второго измерения выявил различия в характере связей между параметрами по сравнению с показателями исходных данных в экспериментальной группе. Эти различия выражаются в перестройке связей. Показатели психических функций оказались тесно связанными с техническими приемами, поэтому здесь, наблюдается более четкая структура связей по сравнению с первым измерением.

В контрольной группе также наблюдается некоторая незначительная перестройка связей в конце первого этапа эксперимента, однако в целом их структура остается прежней.

Таким образом, анализ первого этапа педагогического эксперимента показал, что за это время наметилась положительная тенденция к совершенствованию психических процессов и технических навыков игры в баскетбол. Однако шести месяцев обучения с применением специальной программы оказалось недостаточно для получения ожидаемого эффекта. Все это привело нас к необходимости проведения второго этапа педагогического эксперимента.

Анализ результатов второго этапа педагогического эксперимента

Второй этап педагогического эксперимента проводился также шесть месяцев.

Анализ результатов второго этапа подтвердил, что по большинству параметров произошли существенные изменения. На протяжении второго этапа педагогического эксперимента наблюдается дальнейший прирост показателей по изучаемым психическим функциям и техническим приемам.

Из формируемых психических функций в экспериментальной группе достоверность различий между вторым и третьим измерения-

ми обнаружена по показателю реакции на движущийся объект, мышечно-двигательной чувствительности, интенсивности и устойчивости внимания. Как и при сравнении данных первого и второго измерений, в экспериментальной группе не выявлено достоверности различий между показателями переключения внимания. По техническим показателям обнаружены различия на высоком уровне значимости: по оценке ведения мяча и броске (по времени и в баллах), по оценке ведения мяча 20 м (по времени и в баллах), по передаче мяча. По количеству попаданий при ведении мяча и броске и по штрафному броску достоверных различий не обнаружено.

Сравнение показателей второго и третьего измерений в контрольной группе не выявило достоверных различий по психологическим показателям. Различия обнаружены лишь по двум показателям техники: количеству передач за 30 сек. и времени ведению мяча ($t = 2,57$; $P < 0,05$ и $t = 2,65$; $P < 0,05$). Таким образом, в целом можно сказать, что на втором этапе эксперимента в контрольной группе не произошло сколько-нибудь заметных положительных сдвигов по психологическим и техническим показателям, хотя по средним данным имеется некоторый прирост в показателях.

При сравнении показателей экспериментальной и контрольной групп в конце эксперимента выявлено, что большинство психических функций, не формирование которых было направлено программе упражнений, в экспериментальной группе отличается от этих показателей в контрольной группе на статистически значимую величину (см. табл. № I).

По большинству технических приемов в экспериментальной группе также имеются существенные улучшения. Обнаружены статистические различия по следующим показателям техники: ведению мяча 20 м (по времени и в баллах); ведению мяча и броску (по

Таблица № I

Достоверность различий между показателями
экспериментальной и контрольной групп в
конце педагогического эксперимента

п/п	Показатели	Эксперимент.		Контрольн.		P
		M	± m	M	± m	
1.	Реакция на движущийся объект	3,25	0,19	4,73	0,29	0,001
2.	Мышечно-двигательная чувствительность	47,47	1,68	57,5	2,43	0,01
3.	Интенсивность внимания	1,54	0,03	1,41	0,04	0,05
4.	Устойчивость внимания	5,70	0,53	8,51	1,13	0,05
5.	Переключение внимания	1,08	0,05	1,02	0,04	недост.
6.	Подвижность нервной системы	18,59	0,36	18,46	0,29	недост.
7.	Уровень притязаний	8,49	0,1	7,42	0,23	0,001
8.	Количество попаданий бросков в круги	8,88	0,21	9,17	0,21	недост.
9.	Оценка ведения мяча 20 м (по времени)	9,39	0,07	9,92	0,16	0,01
10.	Оценка ведения мяча 20 м (в баллах)	3,24	0,14	2,67	0,19	0,05
11.	Оценка ведения мяча и бросок (по времени)	12,36	0,09	13,13	0,23	0,05
12.	Оценка ведения мяча и бросок (в баллах)	3,35	0,15	2,75	0,22	0,05
13.	Оценка ведения мяча и бросок (по количеству попаданий)	1,71	0,11	1,33	0,19	недост.
14.	Штрафной бросок (по количеству попаданий)	6,88	0,59	5,67	0,57	недост.
15.	Передача мяча (количество передач за 30 сек)	42,0	0,61	38,58	0,92	0,01

времени и в баллах) количеству передач за 30 сек. Анализ результатов третьего измерения, проведенный методом максимального корреляционного пути, показал, что в конце эксперимента структура связей экспериментальной группы существенно отличается от структуры связей контрольной группы—психические функции, свойства личности объединились с показателями технических приемов. В отличие от этого в контрольной группе структура связей разделяется на два блока, как это было в начале эксперимента (см. рис. I)

Таким образом, в результате педагогического эксперимента мы пришли к выводу о том, что формирование определенных психических функций средствами специальных упражнений, наиболее приближенных к реальной баскетбольной деятельности, дает положительный эффект и ускоряет освоение техники игры в баскетбол.

Для подробного анализа изменений, которые произошли за период педагогического эксперимента, мы сравнивали показатели, полученные в начале и в конце исследования отдельно в экспериментальной, и контрольной группах.

В экспериментальной группе из психических параметров на высоком уровне значимости улучшились показатели реакции на движущийся объект, мышечно-двигательной чувствительности, интенсивности и устойчивости внимания. На протяжении всего времени эксперимента не произошло почти никаких изменений в показателях переключения внимания. Показатели подвижности нервной системы также не изменились, что, видимо, препятствовало развитию переключения внимания.

Показатели техники в экспериментальной группе также улучшились. Данные педагогического эксперимента позволяют предполо-

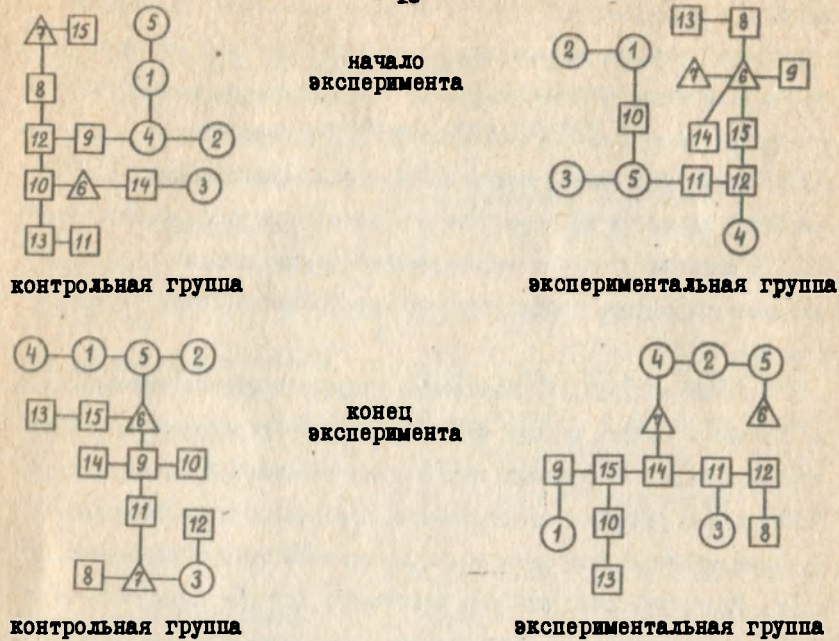


Рис. I Графическое изображение результатов анализа соотношений 3-х классов показателей по методу наибольшего корреляционного пути в экспериментальной и контрольной группе в начале и в конце эксперимента.

Условные обозначения:

- I - реакция на движущийся объект;
- 2 - мышечно-двигательная чувствительность;
- 3 - интенсивность внимания;
- 4 - устойчивость внимания;
- 5 - переключение внимания;
- 6 - подвижность нервной системы;
- 7 - уровень притязаний;
- 8 - количество попаданий бросков в круги;
- 9 - оценка владения мяча 20 м (по времени);
- 10 - оценка владения мяча 20 м (в баллах);
- 11 - оценка владения мяча и бросок (по времени);
- 12 - оценка владения мяча и бросок (в баллах);
- 13 - оценка владения мяча и бросок (по кол-ву попаданий);
- 14 - штрафной бросок (по кол-ву попаданий);
- 15 - передача мяча (по кол-ву передач за 30 с.).

Примечание: Теснота связей определяется масштабом.

8718

жить, что в результате предложенной нами программы специальных упражнений произошли улучшения в показателях психических функций, а также, как следствие этого, в технических приемах юных баскетболистов. Наше предположение подтвердилось при анализе показателей контрольной группы. В отличие от экспериментальной за все время эксперимента в контрольной группе не произошли существенные изменения в показателях реакции на движущийся объект и мышечно-двигательной чувствительности. Следовательно, формирование этих психических функций следует включать в психологическую подготовку начинающих баскетболистов, как факторы, создающие благоприятные условия при освоении техники. По показателям устойчивости и интенсивности внимания в отличие от реакции на движущийся объект и мышечно-двигательной чувствительности в контрольной группе выявлены достоверные различия при сравнении первого и третьего измерений.

Если в экспериментальной группе все показатели техники изменились за период педагогического эксперимента на величину достоверного значения, то в контрольной группе улучшилось всего четыре показателя из семи. Следует отметить, что различия не обнаружены по тем показателям, которые отражают качество техники: оценку ведения мяча 20 м и оценку ведения мяча и броска, выраженную в баллах. Это означает, что улучшение показателей реакции на движущийся объект и мышечно-двигательной чувствительности в экспериментальной группе обусловило улучшение качества техники начинающих баскетболистов. В то время как в контрольной группе именно по этим показателям статистически значимых изменений не обнаружено.

Особо следует отметить связь подвижности нервной системы и переключения внимания, которая прослеживается на всем протя-

жении эксперимента. В литературе есть данные, подтверждающие прямые связи между этими показателями / Затворницкая А.В., 1963; Иоселиани К.К. и Наринская А.Л., 1963; Полякова И.В., 1963; Никиреев Е.М., 1970 /. В нашем исследовании именно эти показатели в обеих группах не изменились на протяжении всего педагогического эксперимента. Корреляционный анализ показателей обеих групп в конце эксперимента показал, что в экспериментальной группе изучаемые параметры составляют единую систему без выделения отдельных блоков. Показатели развиваемых психических функций связаны или непосредственно с показателями техники (например, реакция на движущийся объект-с оценкой времени ведения мяча 20 м и интенсивность внимания-с оценкой времени ведения мяча и броска), или через посредство такого психического свойства личности, как уровень притязаний. В контрольной группе характер связи иной. В структуре этой группы наблюдается два блока. В одном центральным является показатель подвижности нервной системы и показатель времени ведения мяча 20 м, во втором блоке наблюдается связь между уровнем притязаний, интенсивностью внимания и двумя показателями техники.

Следовательно, по первой части гипотезы, касающейся формирования психических функций средствами упражнений, мы получили данные, которые говорят о том, что это развитие происходит не только естественным путем (как в контрольной группе), но и путем специального воздействия на их развитие. Предложенная нами программа, состоящая из специальных упражнений, оказала положительное влияние на развитие тех психических функций, которые, по данным авторов / Бриль М.С., 1968; Бриль М.С. и Родионов А.В., 1968; Степанова М.Н., 1971; Родионов А.В., 1973; Башкин С.Г., 1975; Бабушкин В.З., 1976; Яхонтов Е.Р., Григорьев

Н.Г., 1976 и др. /, являются характерными для баскетбольной деятельности.

Что касается второй части гипотезы, то нашим исследованием показана возможность формирования специфичных для баскетбола психических функций средствами специальных упражнений.

В результате исследования мы пришли к следующим выводам:

1. Следует считать необходимым систематическое планирование общей психологической подготовки с начинающими баскетболистами. Это создает благоприятные условия для интенсивного формирования психических функций и оптимизации процесса овладения техникой. Общую психологическую подготовку с целью этой оптимизации целесообразно осуществлять в период первоначального овладения техникой игры в баскетбол.

2. Сущность общей психологической подготовки начинающих баскетболистов в аспекте оптимизации овладения техникой игры состоит в целенаправленном развитии прежде всего свойств внимания, реакции на движущийся объект и мышечно-двигательной чувствительности, т.е. психических функций, необходимых для эффективного выполнения технических приемов.

3. Действенным средством общей психологической подготовки начинающих баскетболистов являются упражнения, отражающие реальную баскетбольную деятельность и направленные на формирование определенных психических функций.

4. Значительный эффект формирования психических функций происходит при применении разработанной нами специальной программы, реализуемой в течение одного года. За этот период происходят достоверные изменения в показателях психических функций и технических приемов.

5. Целенаправленное применение этой программы положительно влияет на изменение структуры связей между психическими показателями и техническими приемами в сторону консолидации их воздействия на процесс формирования технического мастерства.

6. На основании результатов исследования мы пришли также к ряду выводов, имеющих значение для теории и практики баскетбола как вида спортивной деятельности:

а) ускорение процесса овладения техникой начинающими баскетболистами при систематическом применении средств общей психологической подготовки вызывает повышение уровня притязаний спортсмена;

б) у начинающих баскетболистов формирование переключения внимания относительно его интенсивности и устойчивости протекает медленнее. Это можно объяснить консервативностью свойства подвижности нервных процессов, лежащего в его основе;

в) подтвержден факт, что овладение техникой броска в возрасте 10-11 лет происходит значительно медленнее других приемов баскетбола.

7. В результате исследования выявлены нестандартные пути совершенствования технической подготовки юных спортсменов на начальной стадии обучения.

По теме диссертации опубликованы следующие работы:

1. О психологических аспектах подготовки юных баскетболистов. - Теория и практика физической культуры, 1981, № 2, с. 55-57. (в соавторстве с Л.Н.Денилиной)

Основные положения диссертации доложены:

1. На итоговых научных конференциях кафедры психологии ГЦОЛИФК за 1978, 1979, 1980 г.г.

2. на заседании отдела теории и методик спортивных игр ВНИИФК - Москва, 1979 г.

3. На итоговой научной конференции кафедры баскетбола ГЦОЛИФК за 1980 г.