

ВПЛИВ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПАМ'ЯТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ НА УСПІШНІСТЬ НАВЧАННЯ У БОРОТЬБІ ДЗЮДО

О.М. Почтар, С.В. Ткаченко

Чернігівський державний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка

Постановка проблеми. Рухливість нервових процесів — умова здатності до швидких перебудов структурних дій під час змін тактичних ситуацій, до зміни темпу і ритму роботи, техніко-тактичного репертуару в боротьбі проти суперника. Важливе значення при цьому має пам'ять. Саме завдяки їй формується процес, який забезпечує раціональну рухову дію. Пам'ять людини зберігає сліди сприйнятих раніше речей чи явищ, у результаті чого її об'єм не обмежується наявним відчуттям і сприйняттям, а містить у собі придбані в минулому досвід і знання [1, 2, 4, 5].

Проблемою даної експериментально-дослідницької роботи є пошук шляхів оптимізації спортивного тренування борців-дзюдоїстів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Роль та значення психофізіологічних особливостей ВНД спортсменів у досягненні спортивного результату все більше цікавлять науковців, це знайшло своє відображення в працях И.В. Масленникова, Б.И. Якубчика, О.М. Городньої, О.В. Багінської, Ж.А. Белокопитової [6].

Формування пам'яті, практично безперервний процес, який обіймає всю багаторічну підготовку спортсмена-борця. Це обумовлено особливостями формуванням психодинамічних якостей ЦНС на окремих етапах вікового розвитку або багаторічної підготовки, складним характером взаємовідносин між спадковими факторами і набутими, які є наслідком спеціально організованого тренування [2, 3].

Розвиток нових психофізіологічних дослідницьких напрямів уявляється надзвичайно важливим для формування оновленої теорії і принципово нових технологій спортивного тренування і підготовки (Платонов В.М.).

Формулювання цілей та завдань дослідження. Згідно з метою нашої дослідницької роботи (вивчити вплив рівня розвитку пам'яті на успішність навчання у боротьбі дзюдо) були поставлені наступні задачі дослідження :

1. Вивчити стан питання про вплив рівня розвитку пам'яті на успішність навчання в спорті у доступній науковій та науково-методичній літературі.

2. Дослідити особливості пам'яті у борців-дзюдоїстів молодшого шкільного віку.

3. Визначити вплив рівня розвитку пам'яті на успішність навчання у боротьбі дзюдо.

Методики та результати досліджень.

Провідна роль у розвитку та регулюванні функцій організму належить ЦНС, перш за все її найвищому відділу — корі головного мозку, який можна розглядати провідним пристроєм управління адаптацією організму на всіх етапах підготовки.

Сучасний рівень спорту потребує максимального розвитку індивідуальних психодинамічних якостей кожного спортсмена і використання їх під час змагань. У той же час збільшується об'єм завдань і різновидність засобів, які використовуються в процесі тренувальних занять. Саме пошуку нових засобів підвищення ефективності учбово-тренувального процесу борців-дзюдоїстів і були присвячені наші дослідження.

Оцінка рівня успішності навчання виставлялася тренером на основі результатів виступів на змаганнях у місті Ніжині та Чернігові серед дітей 1995—1997 років народження і молодше з боротьби дзюдо, а також за результатами щотижневих контрольних тренувань в п'ятницю (день боротьби).

Крім цього учні з тренером вивчали новий прийом та виконували його 10 разів. Правильність виконання та швидкість його заучування оцінювалася за 10 бальною шкалою.

Дослідження рівня розвитку пам'яті проводились у квітні—травні 2005 року в спортивному залі ДЮСШ «Олімпієць», з дітьми 1994—1999 року народження у тренувальних умовах.

Тестування об'єму короткострокової слухової пам'яті борців-дзюдоїстів молодшого шкільного віку за методиками «Запам'ятай цифри» та «Запам'ятай малюнок» показало, що даний вид пам'яті у цієї групи досліджуваних визначається як середній ($\bar{x} = 5,47 \pm 0,12$ — «Запам'ятай цифри» та $\bar{x} = 7,12 \pm 0,4$ — «Запам'ятай малюнок» за 10-бальною шкалою). При дослідженні індивідуальних особливостей розвитку цього виду пам'яті стає очевидним, що діти, які отримали вищу оцін-

ку тренера мають вищий рівень розвитку коротко-строкової слухової пам'яті.

Результати досліджень об'єму образної зорової пам'яті за методикою «Впізнай фігуру» дозволяють нам говорити про середній рівень розвитку і цього виду пам'яті у групи досліджуваних в цілому ($\bar{x} = 5,02 \pm 0,6$ за 10-бальною шкалою). У той же час показники рівня розвитку об'єму образної зорової пам'яті дуже різняться між собою: від 1 до 10 балів, при чому найвищі результати продемонстрували ті діти, які більш успішні у навчально-тренувальному та змагальному процесах.

При дослідженні процесу заучування за методикою «Вивчи слова» ми отримали більш рівні показники: від 5 до 10 балів. Слід зазначити, що серед лідерів і за результатами цього тестування були спортсмени, які демонструють кращі результати в навчально-тренувальному та змагальному процесах. Загальний рівень розвитку цього процесу у дзюдоїстів молодшого шкільного віку визначається як високий $\bar{x} = 7,94 \pm 0,37$ за 10-бальною шкалою).

Аналіз та синтез отриманих результатів дозволяє нам говорити, що діти, які демонструють у спорті вищі результати показали більш високий рівень розвитку пам'яті (у більшості випадків), ніж діти, які мають гірші результати у спортивній діяльності. І, навпаки, діти з більш низькими результатами успішності навчання показали нижчий рівень розвитку пам'яті (рис. 1).

При співставленні підсумкових результатів дослідження особливостей розвитку пам'яті та рівня успішності навчання у боротьбі дзюдо можна зробити висновок, що діти з більш високим рівнем розвитку цієї психодинамічної якості ВНД демонструють вищі результати в учбово-тренувальній та змагальній діяльності. Значення коефіцієнта кореляції ($r=0,76$) вказує на щільність зв'язку між рівнем розвитку пам'яті та успішністю навчання у боротьбі дзюдо.

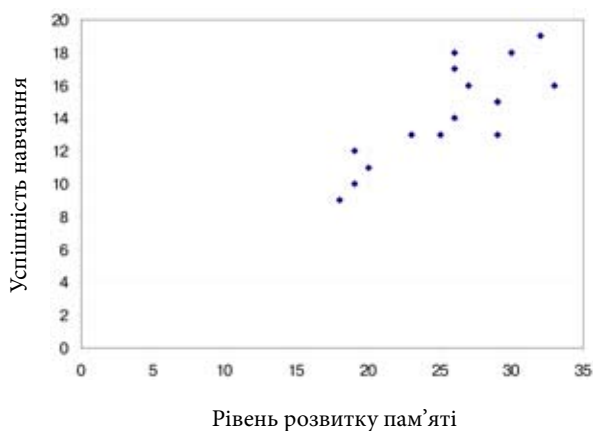


Рис. 1. Дослідження впливу особливостей пам'яті дітей молодшого шкільного віку на успішність навчання у боротьбі дзюдо

Отже тренерові в його навчальній роботі необхідно враховувати індивідуальні відмінності в пам'яті учнів. Одночасно він повинен розвивати у них всебічну пам'ять (зорову, слухову, рухову та інші її види). Цього вимагає різноманітність самого навчального матеріалу; вона створює і максимально сприятливі умови для всебічного розвитку пам'яті учні.

Висновки:

1. У результаті досліджень було виявлено, що рівень розвитку пам'яті у дітей молодшого шкільного віку, які займаються боротьбою дзюдо, «вищий за середній».

2. Виявлено, що рівень розвитку пам'яті у борців молодшого шкільного віку прямо пропорційно впливає на успішність навчання у боротьбі дзюдо.

3. Для прискорення адаптації дітей шкільного віку до умов навчально-тренувального процесу необхідно враховувати не лише рівень розвитку фізичних якостей, а і рівень розвитку психодинамічних якостей (пам'яті, зокрема). Індивідуальний стиль адаптації до навчально-тренувальних умов слід починати ще з дошкільного віку. Це обумовить ефективність адаптації у подальшому житті та зниження її ціни.

4. Для підвищення ефективності учбово-тренувального процесу в боротьбі дзюдо слід розвивати всі види пам'яті, що дає можливість юним борцям скоріше адаптуватися до умов навчально-тренувального процесу.

5. Педагогічний контроль повинен включати показники, які характеризують рівень розвитку пам'яті, облік яких дозволить покращити точність управління учбово-тренувальним процесом.

6. При організації спортивного відбору (первинного та вторинного) слід враховувати рівень розвитку пам'яті. Чим він вищий тим менше часу буде витрачено на навчання.

Література

1. Александрова Н.И. О соотношении психологических особенностей личности спортсменов и свойств нервной системы // Психология спортивной деятельности. — Казань, 1985. — С. 23—33.
2. Батуев А. С. Высшая нервная деятельность. — М.: Высш. шк., 1991. — 203 с.
3. Бирюкова Н.В. Изучение некоторых личностных свойств школьников разного возраста // В сб.: Психологические вопросы изучения спортсмена. — Л., 1976. — С. 168—174.
4. Основы профессионального психофизиологического отбора / Макаренко Н. В., Кольченко Б.А. и др. — Киев: Научная мысль, 1987. — 224 с.
5. Психология спортивной деятельности / Под ред. Жорова П.А., Аболина Л.М., Житлова В.В. — Казанский университет, 1985. — 214 с.
6. Якубчик Б.И. Учет индивидуальных особенностей спортсменов. — В сб.: Гимнастика. Вып.2. — М., 1974. — С. 24—29.