КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ

КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

На правах рукописи

Дубовова Александра Анатольевна

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ АКРОБАТОВ-ПРЫГУНОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Специальность 13.00.04 - Теория и методика физического

воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (психологические науки)

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук

Научный руководитель:

доктор психологических наук, профессор Горская Галина Борисовна

Краснодар - 2015

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 4

ГЛАВА 1. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ 11

1.1. Современные представления о психологическом сопровождении

многолетней подготовки спортсменов 1 1

1.2 Характеристика этапа начальной подготовки в спортивной карьере 18

1.3. Актуальные задачи психологического сопровождения юных акробатов-прыгунов на акробатической дорожке 27

1.4. Ресурсный подход к подготовке акробатов-прыгунов на этапе

начальной спортивной подготовки 44

Резюме 50

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ 53

2.1. Стратегия исследования 53

2.2. Методы исследования 55

2.3. Организация исследования 69

ГЛАВА 3. ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ, ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГОТОВНОСТИ К ОСВОЕНИЮ ОСНОВ ТЕХНИКИ ЮНЫХ АКРОБАТОВ-ПРЫГУНОВ 71

3.1. Характеристика развития психомоторных способностей и показателей физической подготовленности у юных акробатов-прыгунов .... 71

3.2. Характеристика развития психомоторных способностей и показателей готовности к освоению основ техники у юных акробатов-прыгунов 85

3.3. Характеристика мотивации занятий спортом 91

Резюме 96

ГЛАВА 4. РАЗВИТИЕ ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И МОТИВАЦИИ ЮНЫХ АКРОБАТОВ-ПРЫГУНОВ 99

4.1. Основное содержание программы по психологическому сопровождению подготовки юных акробатов-прыгунов 99

4.2. Особенности развития психомоторных способностей и показателей физической подготовленности у юных акробатов-прыгунов экспериментальной и контрольной групп до проведения развивающих занятий 109

4.3. Развитие мотивации на момент поступления в спортивную школу 117

4.4. Корреляционные и дисперсионные взаимосвязи между развитием психомоторных способностей, мотивацией и показателями физической подготовленности у юных акробатов-прыгунов этапа начальной подготовки 120

4.5. Влияние развивающих занятий, направленных на развитие психомоторных способностей, показателей физической подготовленности у юных акробатов-прыгунов этапа начальной подготовки 125

4.6. Особенности развития мотивации занятий спортом в экспериментальной и контрольной группе в процессе формирующего эксперимента 137

4.7. Корреляционные взаимосвязи показателей психомоторики, мотивации и физической подготовленности в экспериментальной

и контрольной группе после эксперимента 140

4.8. Особенности развития психомоторных способностей, мотивации и показателей готовности к освоению основ техники у юных акробатов-

прыгунов экспериментальной и контрольной группы 145

Резюме 167

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 170

ВЫВОДЫ 174

Практические рекомендации 176

ЛИТЕРАТУРА 179

ВЫВОДЫ

 АнализтеоретическихиприкладныхисследованийпопроблемепсихологическогосопровожденияподготовкиюныхспортсменовпоказалчтоегонеобходимостьпризнаетсязначимойдлясозданиянараннихэтапахстановленияспортивнойкарьерыресурсовповышенияконкурентоспособностинаеепоследующихэтапахВтожевремяустановленоотсутствие программиметодик психологического

сопровожденияподготовкиюныхспортсменовобеспечивающихрешениеэтойзадачи

 Теоретическойосновойобоснованияиразработкипрограммиметодикпсихологическогосопровожденияподготовкиюныхспортсменовявляютсясовременныеконцепциипсихологическогосопровождениямноголетнейподготовки спортсменовконцепции психическогои

психомоторногоразвитиясовременныепредставленияовзаимосвязипсихическогоипсихомоторногоразвития

 РезультатыисследованиясвидетельствуютотомчтосвозрастомпоказателипсихомоторныхспособностейулучшаютсянодостигаютлишьсреднегоуровняразвитияСлабоеразвитиепсихомоторикиудетейлетуказываетнанедостаточнуюготовностькобучениювспортивнойшколеОтносительноневысокиепоказателипсихомоторногоразвитияспортсменовлетсвидетельствуютотомчтопсихологическиересурсыобучаемостиюныхакробатовпрыгуновиспользуютсянеполностью

 Установленные висследованиикорреляционныесвязипоказателейпсихомоторногоразвитияюныхакробатовпрыгуновспоказателямиихфизическойподготовленностииготовностикосвоениюосновтехникизакономерныйхарактеркоторыхподтвержденданнымидисперсионногоанализасвидетельствуютоцелесообразностиразвитияпсихомоторныхспособностейкакресурсаповышенияуспешностиобученияюныхакробатовпрыгунов

 Результатыисследованиямотивацииуюныхакробатовпрыгунов





этапаначальнойподготовкиподтвердиличтоуисследуемыхнесформированавнутренняямотивациякзанятиямспортомвыявленанизкаяосведомленностьвобластиспортаЭтоявляетсяфакторомрисканеполнойреализацииюнымиспортсменамисвоихспособностейатакжеповышаетвероятностьпрекращениязанятийспортомодареннымиюнымиспортсменами

 РазработаннаянаосноверезультатовисследованияэкспериментальнаяпрограммапоразвитиюпсихомоторныхспособностейпозволиладобитьсяулучшенияпоказателейсформированностипроизвольностивниманияпроизвольностидвигательныхдействийдвигательнойпамятипомехоустойчивостивнутреннеймотивацииЭтоподтверждаетсякакдостовернымповышениемпоказателейэкспериментальнойгруппывконцеэкспериментапосравнениюсначаломтакидостовернымпревосходствомспортсменовэкспериментальнойгруппынадсверстникамиконтрольнойпопоказателямпсихомоторныхспособностей

 Выявленныеболеемногочисленныеиболеевысокиестатистическидостоверныекорреляционныесвязимеждупоказателямипсихомоторногоразвитияипоказателямифизическойподготовленностиготовностиюныхакробатовпрыгуновкосвоениюосновтехникиатакжеподтверждениеданнымидисперсионногоанализазакономерноговлиянияпсихомоторногоразвитиянапараметрыфизическойподготовленностииготовностикосвоениюосновтехникивэкспериментальнойгруппесвидетельствуютобэффективностипредложеннойпрограммыпопсихологическомусопровождениююныхакробатовпрыгуновнаэтапеначальнойподготовки

 Результатыисследованияимеютвысокуюстепеньзначимостипсихологическогосопровожденияначальногоэтапаподготовкиспортсменовдляраскрытияресурсовпсихикиспортсменовчтоможетобеспечитьихконкурентоспособностьнапоследующихэтапахподготовки