

БЛИЗНЮК Ю.В.

Харьковская государственная академия физической культуры

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПЛОВЦОВ-КРОЛИСТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ НА РАЗНЫХ ДИСТАНЦИЯХ

Аннотация. Исследовалось влияние психофизиологических особенностей нервной системы квалифицированных пловцов различной дистанционной специализации в кроле на груди на их соревновательную деятельность.

Ключевые слова. Экстраверт, сила нервной системы, соревновательная деятельность.

Введение.

Пловец не всегда в состоянии проявить, мобилизовать свои психофизиологические функции на том уровне, который необходим для достижения максимального результата, либо, выбранная им дистанционная специализация не соответствует его индивидуальным особенностям нервной системы.

В связи с этим особое значение приобретает учёт психофизиологических особенностей нервной системы высококвалифицированных пловцов специализирующихся на различных дистанциях.

Актуальность, настоящего исследования, определена необходимостью выявления психофизиологических особенностей высококвалифицированных пловцов, позволяющих добиваться более высокого результата на конкретных дистанциях в способе кроль на груди [1, 2, 3, 4].

Цель исследования – определить взаимосвязь психофизиологических особенностей пловцов-кролистов высокой квалификации и их технико-тактического мастерства в зависимости от дистанционной специализации в процессе соревновательной деятельности.

Задачи исследования:

1. Выявить психофизиологические особенности квалифицированных пловцов, специализирующихся в плавании способом кроль на груди на разных дистанциях.

2. Определить технико-тактические особенности соревновательной деятельности квалифицированных пловцов, специализирующихся в плавании способом кроль на груди на разных дистанциях.

3. Охарактеризовать степень влияния психофизиологических показателей на особенности соревновательной деятельности пловцов на разных дистанциях в кроле на груди.

Материал и методы исследования.

Исследование проводилось в период 2011-2013 года на различных соревнованиях в городе Днепропетровск и городе Харьков с группой

высококвалифицированных пловцов, специализирующихся в плавании способом кроль на груди. В исследовании приняли участия 34 спортсмена различной квалификации (КМС, МС, МСМК) из различных областей и городов Украины. Из них 14 спортсменов специализировались на дистанциях 50 и 100 м, 15 пловцов на дистанциях 200 и 400 м и 5 пловцов специализировались на дистанции 1500 м.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы; анализ соревновательной деятельности пловцов; исследование силы нервной системы по отношению к возбуждению; исследование реакции на звуковой раздражитель; исследование чувства времени; исследование возможностей проявления максимальной частоты движений; исследование помехоустойчивости в процессе умственной деятельности; анкетирование; методы математической обработки информации.

Результаты исследования и их обсуждение. Проведенные исследования свидетельствуют о сравнительной однородности всех испытуемых по признаку психофизиологических показателей. Так, анкетирование по Г. Айзенку, показало подавляющее большинство экстравертов среди всех испытуемых. Результаты исследования силы нервной системы подтвердили известные представления о том, что средний тип нервной системы в любой случайной выборке составляет большинство. В нашем исследовании не выявлены значимые индивидуально-типологические различия между пловцами разных дистанционных специализаций, в то время, как в исследованиях некоторых учёных в циклических видах спорта, прослеживается эта зависимость. Так, например, считается общепризнанным, что большинство спринтеров обладают слабой нервной системой, а большинство стайеров обладают сильной нервной системой.

Также не выявлена зависимость технико-тактических действий в соревновательной деятельности испытуемых от их психофизиологических показателей. Можно предположить, что в большей степени, чем, что-либо другое, влияют на соревновательную деятельность, морфофункциональные особенности пловцов и уровень развития специальных физических качеств.

Выводы.

1. У квалифицированных пловцов-кролистов, специализирующихся на разных дистанциях, выявлены следующие психофизиологические различия:

- в процентном соотношении (90/10%) оказалось, что пловцов экстравертов больше чем интровертов не зависимо от дистанционной специализации;

- обнаружена тенденция повышения уровня психической надежности у пловцов по мере роста их спортивного мастерства при одновременном снижении показателей тревожности и нейротизма;

- у пловцов высокой квалификации выявлена тесная взаимосвязь между такими показателями как: чувство времени и реакция на сильный звуковой раздражитель, реакция на слабый звуковой раздражитель и результаты теппинг-теста, результаты теппинг-теста и чувства времени;

2. Большинство спортсменов обладают средним типом нервной системы, что говорит об их способности успешно специализироваться на любых дистанциях в любом способе плавания;

- значительных психофизиологических различий в исследовании высококвалифицированных пловцов в зависимости от их дистанционной специализации не выявлено;

- корреляционный анализ показал, отсутствие зависимости технико-тактических показателей соревновательной деятельности, таких как: скорость преодоления отдельных участков дистанции, темп и «шаг пловца» от психофизиологических особенностей спортсменов;

Перспективы дальнейших исследований. Предполагается дальнейшее изучение данной проблемы с целью проверки полученных результатов, т.к. они не во всем согласуются с результатами исследований в других циклических видах спорта.

Список использованной литературы.

1. Александрова Ю. И. Психофизиология: учебник для вузов / Ю. И. Александрова. - 2004. – 464 с.

2. Горбунов И. А. Диагностические возможности психофизиологических характеристик человека. дис. на соиск. уч. степ. канд. психол. наук: спец. 1900. 07/ И. А. Горбунов, 2005. - 256 с.

3. Гордон С. М. Оценка психической готовности соревновательной деятельности спортсменов различных специализаций и квалификаций / С. М. Гордон, А. Б. Ильин // Теория и практика физической культуры. М. - 2004. - № 2. - С. 46-49.

4. Дрижика А. Г. Индивидуализация спортивной тренировки спринтеров с учетом типов нейропсихической реактивности /А. Г. Дрижика // Теория и практика физической культуры. М. - 2004. - № 10. - С. 41-43.

БУЛАШЕВ А.Я., к.м.н., ст. науч. сотр.,

Харьковская государственная академия физической культуры

ВОДНО-СОЛЕВОЙ РЕЖИМ, ДОБЫЧА И ОЧИСТКА ВОДЫ В СПОРТИВНОМ ТУРИСТСКОМ ПОХОДЕ

Аннотация. В тезисах рассматриваются вопросы водообеспечения в спортивном туризме, а именно в спортивных туристских походах, которые проводятся в различных географических зонах с их специфическими особенностями.

Ключевые слова: Водообеспечение, медико-биологический подход, климато-географические зоны, добыча воды и ее обеззараживание.

Введение. Известно, что человеческий организм почти на 65% состоит из воды, поэтому вода необходима человеку для поддержания нормальных