

Особенности познавательных процессов у спортсменов, занимающихся национальными видами спорта

Научный руководитель – Сидорова Туйаара Никифоровна

Алексеева Екатерина Семеновна

Студент (специалист)

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, Институт психологии, Кафедра Общая психология, Якутск, Россия

E-mail: alexeeeva1@mail.ru

В статье рассматриваются особенности познавательных процессов у спортсменов, занимающихся национальными видами спорта. Национальные виды спорта воспитывают морально-волевые качества. Автором предполагалось, что национальные виды спорта развивают психические качества как: восприятие, наглядно - действенное и наглядно - образное мышление, двигательную, вестибулярную и тактильную память, осязательную и вестибулярное ощущение, концентрацию, переключаемость, устойчивость внимания; скоростно-силовые качества, скоростную выносливость, укрепляет сердечно-сосудистую систему, гармонично развивает все группы мышц.

Якутские национальные виды спорта включают в себя: национальные прыжки, «Хапсагай», мас-рестлинг и настольные игры. Самым сложно координационным якутским национальным видом спорта, согласно классификации Т.Т. Джамгарова, является хапсагай. Мышечная, зрительная, двигательная и эмоциональная память, запечатлевающая в сознании образ цели, психического состояния, параметры мышечных усилий. Внимание, осуществляющее контроль и выполнение действий. Мышление, которая определяет задачу и средства её решения, устанавливает систему обратной связи, также моделирует отношение к деятельности. Сильные качества, которые мобилизуют спортсмена для преодоления трудностей, которые находятся на пути к достижению поставленной цели. [12].

Хапсагай развивает оперативную память, также двигательную память, которая гарантирует усвоение и использование разнообразных движений, являющихся составной частью двигательных навыков и умений, силу и ловкость, произвольное внимание.

Один с наиболее известных типов якутского спорта представляется перетягивание палки - мас-тардыһы. Данный тип единоборства направляет сформировать подобные моторные, двигательные свойства, сила, стойкость и выносливость. Формирует двигательную и вестибулярную память, при разучивании телесных упражнений и выполнении их.

Есть три вида прыжков. Кылы - 11 прыжков на одной ноге с разгона. Ыстанга - это прыжки с ноги на ногу, которые обязаны быть исполнены 11 раз безостановочно. Куобах - 11 прыжков, производимых без остановки, отталкиваясь 2-мя ногами, с места или с разгона. Развивают: оперативную память, которая довольно принципиальна для результативности и когнитивную память — т.е процедура сохранения познаний, получаемые в ходе изучения, преобразуются в навык, устойчивость внимания, безопасность исполнения технических приемов в течении длительного времени, мышечно-двигательное восприятие [13].

Настольные игры народов Якутии имеют глубокие корни. Хабылык - играют деревянными лучинками, эти игры развивают гибкость пальцев и кисти, развивает двигательную, вестибулярную и тактильную память, при разучивании физических упражнений и выполнении их, ловкость, двигательно-координационные способности, концентрацию и устойчивость внимания, находчивость и умственные способности [1].

Таким образом, спортивная деятельность развивает такие познавательные процессы как: память, восприятие, внимание и мышление. Способствует развитию воображения и аналитических способностей, в частности происходит развитие оперативной, тактильной памяти. Мысленное моделирование и планирование ситуаций способствует развитию мышления и воображения.

С целью изучения особенности познавательных процессов у спортсменов, занимающихся национальными видами спорта у спортсменов, занимающихся хапсагаем и студентов СВФУ им. М.К. Аммосова, не занимающиеся спортом нами проведено экспериментальное исследование. В нашей работе проведены теоретический анализ и исследование по теме особенности познавательных процессов у спортсменов, занимающихся национальными видами спорта.

1. Результаты по Кеттеллу. Среднее значение по фактору В у обеих групп примерно одинакова, но среднее значение у спортсменов-хапсагаистов (9,6 баллов) чуть выше, чем у студентов СВФУ не занимающихся спортом (6,9 баллов), что говорит о том, что в среднем развитие абстрактного и оперативного мышления выше. Среднее значение по фактору М у обеих групп одинакова.

2. Результаты по КОТУ. Пониженный уровень общих умственных способностей наблюдается у 3 спортсменов (10,71%), средний у 20 спортсменов (68,5%), и у 7 спортсмена (20,79%) повышенный. А у не спортсменов у 4 испытуемых (11,88%) повышенный уровень умственных способностей, у 18 испытуемых (59,56) средний уровень общих умственных способностей и у 8 испытуемых (28,56%) пониженный уровень общих умственных способностей. Средние значения интегральных показателей общих умственных способностей у спортсменов выше, чем у студентов СВФУ не занимающиеся спортом. Среднее значение среднего уровня развития общих умственных способностей у спортсменов выше, так же как и повышенный уровень.

3. Показатели по U - критерию Манна - Уитни говорит, что гипотеза о различии познавательной сферы у спортсменов отличается от познавательной сферы не занимающихся спортом частично подтверждена. Показатель среднего ранга говорит о том, что в 1 группе у спортсменов уровень интеллекта выше, чем во второй группе не спортсменов (1 группа - 45,7; 2 группа - 36,4). Асимптоматическая значимость составляет 0,001, что говорит о том, что показатель по данному значению статистически значимы.

В результате проведенного исследования нами были выявлены различия в особенностях развития познавательной сферы у спортсменов и студентов СВФУ, не занимающихся спортом. Спортсмены демонстрируют более развитые особенности мышления такие как оперативность, эрудиция и общий уровень вербальной культуры. Тогда как непосредственно в уровне развития интеллектуальных способностей различий нет.

Источники и литература

- 1) Барахсанова Е.А. Педагогические условия использования якутских народных настольных игр в интеллектуальном развитии детей 4-11 лет – Якутск, 2002. 11-13 с.
- 2) Борохин М.И. Эффективность применения народных видов физических упражнений и национальных видов спорта коренных народов физическом воспитании студентов Государственного университета им М.К. Аммосова. – Якутск, 2008. 351 – 353 с.
- 3) Бымбыгыденова С.Б. Национальные виды спорта как средство социально – духовного развития молодого поколения на примере факультета «физическая культура и туризм» республиканского многоуровневого колледжа, 2013. 87 - 90
- 4) Винокурова, С.С. Традиционные средства коренных народов РС(Я) в современной системе школьного физического воспитания. – Хабаровск, 2008. 14 – 14 с.

- 5) Григорьев, И.Ю. Национальные виды спорта РС(Я): программа для ДЮСШ.– Якутск, 2010. 11 – 14с.
- 6) Гогунев Е.Н., Психология физического воспитания и спорта, 2003. - 288 с.
- 7) Горелов А. А. Истоки и становление якутской национальной борьбы хапсагай в отечественной системе спортивных единоборств – Москва, 2015. 53 – 56с.
- 8) Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта:учебник для студ.вышш.заведений / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогунев. - М.: Издательский центр «Академия», 2009. - 256 с.
- 9) Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / А.А. Гужаловский. – Минск, Народная света, 1978.
- 10) Ильин Е.П. Психология спорта – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
- 11) Кочнев, В.П. Правила соревнований. Национальные виды спорта Якутской АССР. - Якутск, 1998.
- 12) Максимова, О.А. Традиционные игры коренных народов Якутии в современной системе физического воспитания Якутии. – Якутск, 2005. - 80с.
- 13) Мостахов, А.Е. Борьба «Хаспагай». Правила соревнований