

эмоциональная стабильность невозможны без наличия тесных связей, близких отношений человека с другими, в том числе в семье, которые необходимы большинству людей.

Проведенное нами исследование показало, что юноши и девушки с интернальным локусом контроля со статистически значимым уровнем достоверности отдают предпочтение как адаптивным, так и неадаптивным стратегиям совладающего поведения.

Таким образом, теоретические положения, эмпирические результаты и выводы исследования позволяют сделать вывод о том, что при оказании консультативной и психотерапевтической помощи юношам и девушкам, находящимся в трудной ситуации, необходим учет имеющихся у них ресурсов совладания, и построение дальнейшей помощи должно основываться как на актуальных ресурсах, так и на развитии новых.

Данные исследования о локусе контроля как социально-психологической детерминанте формирования копинг-поведения в юношеском возрасте могут быть использованы для разработки тренинговых и психокоррекционных программ по развитию индивидуальной стрессоустойчивости. Развитие интернального локуса контроля посредством психотерапевтических техник позволит повысить уверенность студентов в возможности разрешения трудностей и увеличить эффективность используемых стратегий совладания.

Список использованной литературы:

1. Белинская, Е.П. Опросник проактивного копинга: адаптация на неклинической выборке и прогностические возможности [Электронный ресурс] / Е.П. Белинская, А.В. Вечерин, Е.Р. Агадуллина // Клиническая и специальная психология. – 2018. – Т.7. – № 3. – С. 192–211.

2. Морозова, Т.Ю. Изучение особенностей копинг-поведения в юношеском возрасте / Т.Ю. Морозова // Системная психология и социология. – М.: МГПУ, 2014. – № 1(9) – С. 108-118.

Борщ Д.С., учитель физической культуры и здоровья
denisborsch1983@mail.ru

ГУО «Средняя школа №3 г. Витебска имени Л.Н. Белицкого»,
г. Витебск, Республика Беларусь

Крестьянинова Т.Ю., доцент, кандидат биологических наук
auta@bk.ru

ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

УДК 159.99:371.02:796.431.4.015

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ БАСКЕТБОЛИСТОВ

Статья посвящена возможностям применения метода программированного обучения в психолого-педагогическом сопровождении баскетбольных команд.

Ключевые слова: психолого-педагогическое сопровождение, программированное обучение, память, мышление, скорость переключения быстрота реакции, внимание.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT FOR BASKETBALL PLAYERS

The article is devoted to the possibilities of using the programmed training method in psychological and pedagogical support of basketball teams.

Keywords: psychological and pedagogical support, programmed training, memory, thinking, switching speed, reaction speed, attention.

Введение. Построение процесса психолого-педагогического сопровождения баскетбольных команд на основании программированного обучения в спорте базируется на открытых ранее фундаментальных исследованиях, таких, как повышение эффективности решения оперативных задач в спорте А.В. Родионова; исследования в области психических особенностей выбора ответного действия С.В. Малиновского; особенностей формирования двигательных навыков Ю.Д. Железняк; совершенствование двигательных действий О.П. Топышева; управление подготовкой спортсменов Э.Ю. Дорошенко; программированное обучение умственным действиям П.Я. Гальперина, Талызиной [1] и др.

Во время соревновательной деятельности спортсмену необходимо принимать решения в состоянии психического напряжения, стресса, в условиях быстро меняющейся ситуации, борьбы с соперниками и это все при ограниченном лимите времени. В таких жестких условиях каждое неправильное действие может привести к отрицательному исходу поединка. Поэтому в спортивной деятельности большую роль играют психические процессы, такие как: память, мышление, скорость переключения с одной деятельности на другую, быстрота реакции, внимание и т.д.

Во время поединка спортсмен часто использует определенные домашние заготовки (игровой опыт) «схемы действий», что ускоряет процесс принятия решений. С точки зрения программированного обучения задача тренера научить своего ученика наиболее эффективным алгоритмам действий, которые бы он мог применить во время соревнований.

В современном баскетболе помимо физической подготовленности и технического мастерства, важное значение имеет и интеллектуальный аспект. Умение воспринимать информацию, оценить ее, принять правильное решение в сложных быстро меняющихся игровых ситуациях, а так же предугадывать действия спортсмена это под силу не каждому. Поэтому все острее встает вопрос о важности психической подготовки спортсменов на ранних этапах, а также разработки специализированных средств и методов, которые позволяли бы наиболее эффективно решать данную задачу.

Материал и методы. Цель настоящей работы: дать теоретическое обоснование методики развития тактического мышления юных баскетболистов на основе программированного обучения

Был использован комплекс взаимосвязанных теоретических методов: анализ, синтез, сравнение, систематизация, обобщение психологических, педагогических и социологических научных источников с целью конкретизации сущности категориального аппарата исследования, обоснования методики развития тактического мышления юных баскетболистов на основе программированного обучения.

Результаты и обсуждение. Баскетбол является контактным видом спорта, с тесным противостоянием, быстрой сменой игровых ситуаций и обстановки, постоянной борьбой за мяч и инициативу. В основе игры в баскетбол лежат противоборство двух команд, противоречия сторон, позиций, способов достижения цели, это все характеризует конфликтную ситуацию. По мнению В.С. Келлер, в спорте конфликтном можно назвать ситуацию, в которой имеются два противника (индивидуума или команды) с противоположными или похожими целями. Каждый из них должен принять наилучшее из возможных решений, учитывая, что противник ставит такую же цель. В процессе спортивного поединка спортсмену принимающему решение приходится считаться не только с собственными целями, но и теми, которые ставит перед собой противник. Характерным для конфликтной ситуации в единоборствах и играх является то, что спортсмен должен учитывать не только объективные, т.е. известные ему обстоятельства конфликта, но и по возможности решения, принимаемые противником, и которые ему достоверно не известны. В условиях соревнований постоянно остаются неизвестными действия противника, который пытается в условиях конфликта решить его в свою пользу, хоть и бывает, с подобными ситуациями спортсмены уже сталкивались и знают, как их разрешить, все

равно в большинстве случаев остается неизвестным, как может развиваться конфликт. Часто бывает, что спортсмен не готов к меняющейся конфликтной ситуации. В таких случаях ему приходится реагировать мгновенно и действовать экспромтно. Это наиболее сложный вариант действий. В спортивном конфликте спортсмену приходится постоянно действовать в условиях информационного выбора. Из-за того, что он имеет дело с большим количеством информации технико-тактического и психологического характера. В условиях конфликта и быстро меняющейся ситуации, иногда достаточно части информации, которую спортсмен соотносит со своей выработанной моделью поведения в данных условиях и принимает решение. Для этого он должен обладать высоким уровнем психической и физической подготовленностью.

Мастерство спортсменов развивается в соревновательном периоде при помощи формирования алгоритмов действий в различных конфликтных ситуациях, которые в дальнейшем позволяют действовать наиболее эффективно на соревнованиях. В спортивной деятельности спортсмен не всегда сталкивается с известными условиями возникшими в проблемной ситуации. Он знает свою цель, задачи, общие условия борьбы, неизвестно только, какие конкретно действия может предпринять соперник. Поэтому развязка проблемной ситуации остается для обоих соперников часто неизвестной. Действуя в проблемной ситуации, спортсмен решает ряд частных задач, имеющих конкретную цель, не обязательно конечную. Например, такие как: закрепиться в зоне противника, сместить акцент атаки на какой-либо фланг, удержать счет до конца периода, больше атаковать со средней дистанции и т.д. [2]. Баскетбол же, является контактным видом спорта, где в динамике и передвижении постоянно происходят столкновения игроков, борьба за мяч и позицию. Игрок может заранее знать сложность возникшей перед ним задачи, но до конца реализовать запланированные действия почти невозможно, всегда приходится включать вариативность действий при выходе из конфликта, переключение из одной тактической комбинации в другую, а для этого необходимо иметь большую базу знаний и развитое игровое, оно же, тактическое мышление.

Специфика тактического мышления в баскетболе определяется тем, что оно носит наглядно-образный и действенный характер. Объединяет же его с оперативным мышлением то, что в каждом из двух этих видов мышления можно обнаружить такие интеллектуальные операции, как структурирование, динамическое узнавание и формирование алгоритма решения [3].

Поиски оптимальных путей построения и управления обучением привело к созданию новой системы учебного процесса, названной программированным обучением, в основе которого лежит алгоритмизация деятельности. Средствами программированного обучения выступают программированные учебники, сборники задач и упражнений, тетради, информационные карточки, компьютерные обучающие программы. В ходе программированного обучения ученик получает знания и одновременно выполняет действия. Жесткое выполнение последовательности действий позволяет сформировать необходимые знания и двигательные умения.

Заключение. 1. Баскетбол является высоко контактной игрой, где неизбежным становится возникновение конфликтов. Конфликт возникает при противоположности целей и задач между двумя субъектами. В каком направлении потечет конфликт неизвестно, разрешение его зависит от возможностей и способностей команд (конфликтующих сторон). Та команда, которая наиболее подготовлена и выйдет победителем в конфликтной ситуации.

2. Тактическое мышление является одним из наиболее важным компонентом победы команды в игровой деятельности. Без него невозможно реализовать не физический потенциал, не технические навыки. Оно протекает неотрывно от моторных действий в условиях жесткого лимита времени в процессе интенсивных физических нагрузок, на

фоне разнообразных переживаний и ожиданий определенных результатов от выполняемых действий. Тактическое мышление развивается посредством решения проблемных ситуаций в тренировочной и игровой практике.

3. В основе программированного обучения лежит теория Б.Ф. Скиннера [4]. Она заключается в том, что любое действие непосредственно влияет на результат последующего действия. И вследствие этого можно посредством подбора определенных действий управлять поведением в нужном направлении.

В основе программированного обучения лежит два принципа:

- 1) уйти от контроля и перейти к самоконтролю;
- 2) перевести педагогическую систему на самообучение учащихся [5].

Главными признаками программированного обучения являются:

- учебный материал должен даваться определенными дозами, шагами, доступными для целостного восприятия;
- усвоение каждой части учебного материала проверяется путём специальных заданий;
- учащийся сразу узнаёт, правильно ли он ответил (обратная связь).

Программированное обучение, это педагогический процесс, который отражает современные требования по систематизации, передаче, усвоению и контролю информации. В данный момент он, как средство обучения широко входит в различные сферы общества. В спорте этот метод обучения весьма актуален, он весьма эффективен для решения специфических целей и спортивных задач.

4. В игровых видах спорта тактику определяют, как организацию индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником. Такая тактика относится к командной, так как реализуется командой спортсменов, имеющих общие задачи, но выполняющих в соревновательной деятельности (игре) различные функции. Командная тактика соответственно делится на тактику игры в нападении и обороне [6, 3].

Таким образом, в командно-тактические тренировочные занятия баскетбольных команд, необходимо ввести методику тактической подготовки, включающую в себя алгоритм обучения тактическим взаимодействиям с постепенным усложнением заданий [4]:

- 1) объяснение и графическое изображение тактического взаимодействия. В объяснении взаимодействия указывается в каких случаях оно применяется, сколько имеет стандартных вариантов расстановки и передвижение игроков по площадке;
- 2) объяснение исходной расстановки игроков на площадке (расстановка каждого игрока на конкретное место в тактической комбинации, графическое изображение движения каждого игрока на площадке и объяснение игрокам выполняемых функций на площадке). Условие данного этапа: обучающиеся сами предлагают возможные варианты реализации комбинации.
- 3) пробное исполнение стандартных вариантов взаимодействия на баскетбольной площадке, анализ ошибок совместно с занимающимися;
- 4) выполнение 5-9 вариантов тактического взаимодействия;
- 5) выполнение вариантов комбинации в ситуации численного превосходства атакующих;
- 6) выполнение вариантов комбинации в ситуации численного превосходства защитников;
- 7) Выполнение взаимодействия в противоборстве двух сторон с введением в игру проблемной ситуации. Проблемная ситуация не должна выполняться с помощью известных спортсменам способов¹. Баскетбол является высоко контактной игрой, где неизбежным становится возникновение конфликтов. Конфликт возникает при противоположности целей и задач между двумя субъектами. В каком направлении потечет конфликт неизвестно, разрешение его зависит от возможностей и способностей команд (конфликтующих сторон). Та команда, которая наиболее подготовлена и выйдет победителем в конфликтной ситуации.

2. Тактическое мышление является одним из наиболее важным компонентом победы команды в игровой деятельности. Без него невозможно реализовать не физический потенциал, не технические навыки. Оно протекает неотрывно от моторных действий в условиях жесткого лимита времени в процессе интенсивных физических нагрузок, на фоне разнообразных переживаний и ожиданий определенных результатов от выполняемых действий. Тактическое мышление развивается посредством решения проблемных ситуаций в тренировочной и игровой практике.

3. В основе программированного обучения лежит теория Б.Ф. Скиннера [3]. Она заключается в том, что любое действие непосредственно влияет на результат последующего действия. И вследствие этого можно посредством подбора определенных действий управлять поведением в нужном направлении.

В основе программированного обучения лежит два принципа:

- 1) уйти от контроля и перейти к самоконтролю;
- 2) перевести педагогическую систему на самообучение учащихся [4].

Главными признаками программированного обучения являются:

- учебный материал должен даваться определенными дозами, шагами, доступными для целостного восприятия;
- усвоение каждой части учебного материала проверяется путём специальных заданий;
- учащийся сразу узнаёт, правильно ли он ответил (обратная связь).

Программированное обучение, это педагогический процесс, который отражает современные требования по систематизации, передаче, усвоению и контролю информации. В данный момент он, как средство обучения широко входит в различные сферы общества. В спорте этот метод обучения весьма актуален, он весьма эффективен для решения специфических целей и спортивных задач.

4. В игровых видах спорта тактику определяют, как организацию индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником. Такая тактика относится к командной, так как реализуется командой спортсменов, имеющих общие задачи, но выполняющих в соревновательной деятельности (игре) различные функции. Командная тактика соответственно делится на тактику игры в нападении и обороне [3, 4].

Список использованной литературы:

1. Гальперин, П.Я. Психология мышления и учение о поэтапном формировании умственных действий / П.Я. Гальперин // Исследования мышления в советской психологии: сборник. – М., 1968. – С. 236–275.
2. Гирьятович, Е.Г. Формирование основ тактического мышления у баскетболисток 11–13 лет на этапе начальной специализации : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.14 / Е.Г. Гирьятович ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры. – Омск, 2007. – 22 с.
3. Борщ, Д.С. Развитие тактического мышления баскетболистов на этапе начальной специализации / Д.С. Борщ, И.Р. Абрамович // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры и спорта. – 2017. – №20. – С.74–79.
4. Борщ, Д.С. Алгоритмизация двигательной деятельности в учебно-тренировочном занятии при развитии тактического мышления / Д.С. Борщ, В.Г. Сивицкий // Веснік Віцебскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя П.М. Машэрава. – 2018. -№3. – С. 78–83.
5. Маслов, О.Р. Тактическая подготовка в командных игровых видах спорта – психологические подходы к формированию тактического мышления / О.Р. Маслов // Вестник ВГЛУ. – 2011. – № 7. – С. 178–184.
6. Пиаже, Ж. Психология Интеллекта / Ж. Пиаже. – СПб. : Питер, 2003. – 192 с.