

расположенности к профессиональной деятельности (личных качеств, способностей, эмоциональной устойчивости и т.д.) [3].

О выдающихся тренерах написано много статей, но все они объединены единой мыслью: личность тренера формирует личность спортсмена. Взаимоотношения между участниками спортивно-тренировочной деятельности являются ключевым фактором формирования личности. Но, не всегда процесс формирования идет в нужном русле. В ряде работ исследователи указывают на достаточно серьезные упущения в тренерской деятельности, которые весьма негативно сказываются на подопечных и зачастую приводят к возникновению ряда противоречий, впоследствии выливающихся в конфликтные ситуации.

Цель исследования заключалась в определении ролевого репертуара тренера по художественной гимнастике, используемого в учебно-тренировочном процессе гимнасток.

**Материал и методы.** Для определения ролевого репертуара за основу была взята схема «Ролевого репертуара педагога (тренера)» по Леви [1]. Мы адаптировали ее и добавили пояснительную записку, для облегчения восприятия ее спортсменками. Контингент исследования составили спортсменки высокой квалификации (МС 5 человек и МСМК 6 человек), члены национальной сборной команды страны по художественной гимнастике, преждевременно завершившие свою спортивную деятельность.

**Результаты и их обсуждение.** В результате тестирования определены 5 основных ролей, которыми тренеры руководствуются в учебно-тренировочном процессе: 90% гимнасток считают их «Дрессировщиками», 81,8% - «Критиками», 54,4% - «Надсмотрщиками», 45,4% - «Судьями». Лишь единицы опрошенных гимнасток завершивших свою карьеру, в ролевой репертуар тренера включили такие ролевые позиции как, «Друг» – 18,18%, «Вдохновитель» – 9,09%, «Наставник» – 9,09%.

Полученные данные свидетельствуют о том, что в художественной гимнастике тренеры в первую очередь нацелены на достижение высшего спортивного результата. Исключительно деловые взаимоотношения, складывающиеся между тренером и спортсменками, не включенность в жизнь своих воспитанниц, все это ведет к тому, что гимнастки не доверяют своим тренерам и предпочитают держать все своих переживания и проблемы в себе.

**Заключение.** Таким образом, тренеру, работающему с командой, необходимо совершенствоваться не только как специалисту в своей спортивной сфере, но и расти как личности, осваивать новые «роли» и применять их в практической деятельности для грамотного руководства командой.

#### *Список литературы*

1. Агеев, В.У. Влияние спорта на воспитание интеллектуальных, нравственных качеств и социальной активности личности / В.В. Агеев, В.М. Выдрин // Спорт в современном обществе: сб. науч. статей / М.: ФиС, 1980. – С. 110–123.
2. Деркач, А.А. Творчество тренера / А.А. Деркач, А.А. Исаев; предисл. Я.А. Пономарева, В.П. Филина, С.М. Вайцеховского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 239 с., ил.
3. Неверкович, С.Д. Педагогика физической культуры и спорта: учебник для студ. высших учеб. заведений / С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин и др.; под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 336 с.

## **ОСОБЕННОСТИ ДЕЙСТВИЙ БАСКЕТБОЛИСТОВ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ИГРОВЫХ СИТУАЦИЯХ**

*Е.Л. Зубрицкая  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерава*

В последние годы наблюдается прогресс баскетбола во многих странах мира. Специалистами отмечается повышение конкуренции на соревнованиях различного масштаба. Игры, как правило, проходят в условиях повышенного эмоционального и физического напряжения. Баскетболистам приходится играть значительное время в условиях равной борьбы, когда каждое их игровое действие может решить исход поединка. В таких ситуациях, порой даже в самых простых игровых моментах, совершаются нелепые ошибки

баскетболистами достаточно высокого класса. В подобных условиях для достижения спортивного результата баскетболист должен проявлять свои предельные игровые возможности. Эти игровые ситуации с полным основанием можно охарактеризовать, как “экстремальные” [1].

Анализ специальной литературы и проведенное анкетирование специалистов позволили вычлнить факторы, которые, по их мнению, существенным образом влияют на эффективность игровой деятельности баскетболистов в экстремальных условиях. Эти факторы условно можно разделить на внутренние и внешние [2].

Целью данного исследования является детальное представление особенностей действий баскетболистов в экстремальных условиях под влиянием внутренних и внешних факторов.

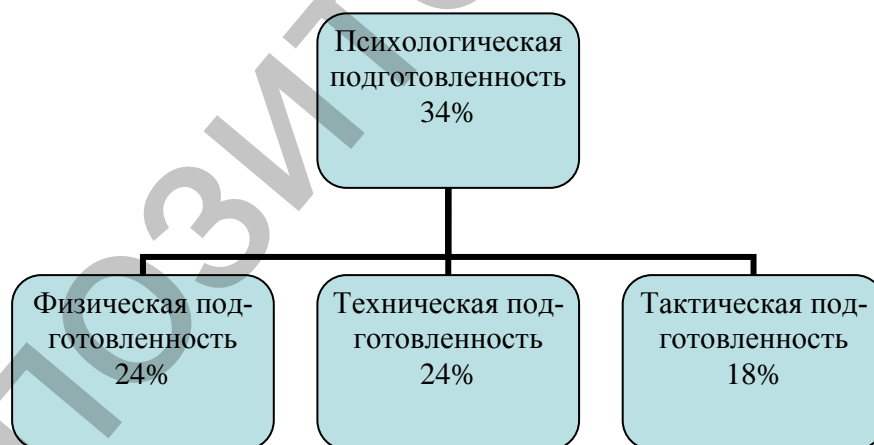
**Материал и методы.** В целях изучения эффективности соревновательной деятельности в экстремальных игровых ситуациях было проведено анкетирование специалистов. В анкетировании приняли участие 30 квалифицированных баскетболистов и 30 профессиональных тренеров. Были розданы тест – вопросы и бланки для ответов. На тестирование отводилось 45 минут. Было подготовлено по 30 вопросов, связанных с различными видами подготовленности в игровой ситуации.

Использовались следующие методы исследования: регистрация показателей и математическая обработка данных.

**Результаты и их обсуждение.** Инструкция тест - вопросов: возможно 3 варианта ответов, каждый из которых соответствует определённому количеству баллов. Отвечая на вопросы теста, баллы проставляются в зависимости от выбранного вами варианта ответа: (3, 2, 1, 0). Обработка результатов: подсчитывается процентное соотношение подготовленности в экстремных ситуациях.

Статистическая обработка позволила выявить очковый порог при котором, по мнению специалистов, возникает экстремальная ситуация в баскетболе. Дискомфорт наступает, когда разница набранных командами очков составляет в среднем меньше 9 очков.

На основании проведённого исследования можно сделать вывод, что наиболее важным видом подготовленности в экстремальных ситуациях являются:



Надежный игрок - это игрок «устойчивого типа» с высокой подвижностью нервных процессов (сангвиник). Наиболее важными, с точки зрения специалистов, психологическими качествами в условиях высокого накала спортивной борьбы являются: психическая устойчивость (39%), воля (23%), инициативность (13%), уверенность в принятии решений (11%).

По мнению тренеров, наиболее часто встречающимися реакциями игроков с низким уровнем психической устойчивости на сложную игровую обстановку являются: уход от принятия решений (такую реакцию отмечают 32% специалистов), низкая точность бросков (27%), большое количество ошибок при передачах мяча (21%). В свою очередь, наиболее часто встречающимися реакциями игроков с высоким уровнем психической устойчивости на сложную игровую обстановку являются: взятие ответственности на себя

(такую реакцию указали 25% специалистов), быстрота принятия игровых решений (23%), высокий процент реализации бросков (17%). Большинство опрошенных специалистов (96%) подчеркнуло влияние настроения на исход встречи.

Результаты анкетирования показали, что тренеры при выборе оптимального состава команды для игры в экстремальных условиях стараются выпустить на площадку координаторно одаренных, быстрых мощных баскетболистов.

Выявлено, что в экстремальных ситуациях очень важно найти и сыграть на лидеров команды (так считают 26% специалистов), а также в процессе игры проявить творческую импровизацию на площадке (26%).

**Заключение.** Полученные в ходе исследования материалы позволяют детальнее представить особенности действий баскетболистов в экстремальных условиях, а также попытаться оптимизировать методику отбора баскетболистов и разработать модель игры в таких условиях.

#### *Список литературы*

1. Таратунский Ф.С., Таратунская Н.Ф. Задачи и упражнения по общей психологии: Учебное пособие для пед. институтов. – Мн.: изд-во «Университетское», 1998. – 176 с.
2. Уилмар, Дж.Х., Костил Д.Л. Физиология спорта и двигательной активности / Дж. Х. Уилмар, Д.Л.Костил; пер. с англ. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 502 с.

## **ИННОВАЦИИ – ОТ ИДЕИ К ВНЕДРЕНИЮ**

*Ю.М. Кабанов, В.В. Трущенко  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Пожалуй, самым популярным словом в последнее время является слово *инновация*. Общеизвестно, что без внедрения нового общество начинает "топтаться на месте", прекращается его поступательное движение вперед и развитие. Осознание необходимости использовать новые, передовые технологии диктуется экономическими условиями нашей жизни. Сегодня рыночная конкуренция не позволяет нам двигаться инертно, не задумываться над тем, как мы будем жить дальше. Все перечисленное относится и к высшей школе. Поэтому те задачи, которые ставятся перед кафедрой в этом направлении, позволяют в какой-то мере раскрыть научный потенциал преподавателей и принести определенную пользу обществу.

Цель исследований – разработка инновационного продукта в сфере физической культуры и спорта, медицины и товаров народного потребления.

**Материал и методы.** В результате проведения патентного поиска изучены технические разработки различных авторов в исследуемом направлении.

**Результаты и их обсуждение.** Разработанное нами тренажерное устройство относится к устройствам для тренировки мышц разгибателей (отводящих) пальцев кисти руки (предплечья) и собственно мышц кисти руки. Известные кистевые эспандеры позволяют тренировать мышцы предплечья сгибатели пальцев кисти руки; при этом, нагрузка на разгибательную группу мышц отсутствует. Разработанный нами кистевой эспандер [1] содержит кольцо, к которому одним концом последовательно прикреплены 4 пружины (эластичные элементы) и которое одевается на фалангу большого пальца руки. Второй конец пружин присоединен к кольцам, одеваемым на дистальные фаланги остальных пальцев руки. Диаметр колец регулируется в зависимости от размера дистальных фаланг пальцев руки. В рабочем положении при разгибании и разведении пальцев руки пружины растягиваются и создают нагрузку на мышцы разгибатели пальцев кисти руки. При сгибании пальцев пружины кистевого эспандера приходят в исходное положение. Кистевой эспандер выполнен из металла, прост в эксплуатации, имеет несложную конструкцию. Кроме тренировки мышц предплечья и кисти руки, кистевой эспандер можно использовать для реабилитационных мероприятий, применяемых при функциональном нарушении мышечно-связочного аппарата кисти руки.