

Цветкова Ю. Л.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ МУЛЬТИМЕДИА В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФИГУРИСТОВ

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/1/2007/5/111.html

Статья опубликована в авторской редакции и отражает точку зрения автора(ов) по рассматриваемому вопросу.

Источник

Альманах современной науки и образования

Тамбов: Грамота, 2007. № 5 (5). С. 242-244. ISSN 1993-5552.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/1.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/1/2007/5/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: almanac@gramota.net

В заключение данной статьи отметим актуальность исследовательских работ, направленных на изучение нейродинамических особенностей с точки зрения психофизиологического подхода. Необходимо как можно больше привлекать специалистов разного профиля к проблемам юношеского и студенческого возраста, особенно интересующихся нейродинамическими и психофизиологическими показателями при их выраженном влиянии на познавательную деятельность и на качество обучения студентов в целом. Отметим, что результаты изучения сенсомоторных реакций, нейродинамических процессов, психических познавательных функций могут быть успешно реализованы при осуществлении индивидуального подхода в процессе обучения студентов разных профилей.

Список использованной литературы

1. **Коссов, Б.Б.** О некоторых законах восприятия, различения и опознания простых и сложных объектов [Текст] / Б.Б. Коссов // Вопросы психологии. - 2003. - № 1. - С. 50-60.
2. **Недоспасов, О.Б.** Физиология центральной нервной системы [Текст]: учебное пособие / О.Б. Недоспасов. - М.: ЮУрГУ, 2001. - 377 с.
3. **Орлов, А.Б.** А.Н. Леонтьев - Л.С. Выготский: очерк развития схизиса [Текст] / А.Б. Орлов // Вопросы психологии. - 2003. - № 2. - С. 70-85.
4. **Основы психологии:** Учебник / отв. ред. Ю.А. Александров. - М.: ИНФРА-М, 1997. - 432 с.
5. **Столяренко, Л.Д.** Основы психологии [Текст]: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. - Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 672 с.
6. **Уорнер Шай К.** Интеллектуальное развитие взрослых [Текст] / Уорнер Шай К. // Психологический журнал. - 1998. - № 6. - С. 56-94.
7. **Чуприкова, Н.И.** Психика и предмет психологии в свете достижений современной науки [Текст] / Н.И. Чуприкова // Вопросы психологии. - 2004. - № 2. - С. 104-118.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ МУЛЬТИМЕДИА В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФИГУРИСТОВ

Цветкова Ю. Л.

Санкт-Петербургский государственный университет физической культуры им. П. Ф. Лесгафта

На сегодняшний день практика современного фигурного катания на коньках требует для достижения высоких спортивных результатов на международной арене включения в программы спортсменов сверхсложных элементов одиночного фигурного катания. Это требование относится ко всем видам фигурного катания - одиночное (мужское и женское), парное, танцы на льду, синхронное катание. Поэтому особенно важно достичь высокого качества и надежности исполнения именно элементов одиночного фигурного катания на коньках.

В литературе фактически отсутствуют научные данные и практические рекомендации о технологиях обучения спортсменов различным элементам одиночного фигурного катания. Однако эта проблема является весьма актуальной, так как основополагающим фактором для достижения высоких результатов в данном виде спорта является овладение техникой шагов, вращений, прыжков во вращения и многооборотных прыжков. В связи с этим нами впервые были проведены экспериментальные исследования и предпринята попытка создания технологии обучения в фигурном катании на коньках с использованием средств мультимедиа.

Цель данной работы - экспериментально проверить технологию обучения в фигурном катании на коньках с использованием средств мультимедиа.

Исследование проводилось в 2006-2007 годах и содержало несколько этапов.

Первый этап исследования включал в себя подбор и обработку теоретических материалов по вопросам, касающимся технологий обучения в спортивной деятельности и различных методик обучения элементам фигурного катания на коньках.

Данное исследование проводилось при обучении таким элементам фигурного катания, как многооборотные прыжки, а именно, прыжка Аксель в 1,5 оборота. Этот прыжок считается ключевым моментом при переходе от одиночных прыжков к овладению двойными. А именно технически правильное, грамотное владение двойными прыжками создает базу дальнейшего прогрессирования фигуристов.

На втором этапе проводились экспериментальные изыскания. В исследовании принимали участие фигуристы-одиночники 8-10 лет учебно-тренировочных групп 2 года обучения, занимающиеся в академии фигурного катания на коньках города Санкт-Петербург.

Контрольная группа тренировалась в обычном режиме. Тренировочные занятия экспериментальной группы фигуристов записывались на цифровую видео камеру, являющуюся одним из средств мультимедиа. Затем спортсменам данной учебно-тренировочной группы предлагалось просмотреть видеозапись на мониторе. Разбор техники выполнения элементов фигурного катания на коньках производился совместно тренером и его учениками. Важной деталью было то, что просмотр велся непосредственно в процессе тренировочного занятия тем самым, предоставляя возможность фигуристам наглядно прочувствовать и незамедлительно исправить возникающие ошибки.

Тестирование в контрольной и экспериментальной группах проводилось три раза: до эксперимента, в течение эксперимента (в конце 9 недели), после эксперимента (в конце 15 недели).

Фигуристам предлагалось две попытки для выполнения прыжка Аксель в 1,5 оборота, оценивалась лучшая попытка. Оценка производилась по упрощенной десяти бальной системе не связанной с системой судейства принятой в фигурном катании в настоящее время.

Полученные данные обрабатывались с помощью методов математического анализа для определения достоверности различий между показателями тестирования в контрольной и экспериментальной группах до и после проведения эксперимента с целью проверки значимости результатов.

Ниже приведены результаты тестирования исполнения прыжка Аксель в 1,5 оборота контрольной и экспериментальной группой до и после эксперимента (Таблицы 1 и 2).

Таблица 1. Протокол тестирования исполнения прыжка Аксель в 1,5 оборота контрольной группы до и после эксперимента (n=10)

Фамилия	До эксперимента	Промежуточное тестирование	После эксперимента	W-критерий Вилкоксона
1. Малярова М.	3	5	7	W=100,0 p-v=0,00007 p<0,001; различия достоверны
2. Бурмистрова О.	2	4	6	
3. Шумейко К.	3	5	6	
4. Николаева Я.	4	5	8	
5. Лебедев Е.	4	6	7	
6. Нудель О.	4	6	6	
7. Берг И.	1	5	6	
8. Федотов С.	2	4	6	
9. Зубов К.	2	4	8	
10. Нечаева Н.	3	6	7	
x+/-Sx	2,8+/-1,0	5,0+/-0,8	6,7+/-0,8	
Me	3,0	5,0	6,5	

Таблица 2. Протокол тестирования исполнения прыжка Аксель в 1,5 оборота экспериментальной группы до и после эксперимента (n=10)

Фамилия	До эксперимента	Промежуточное тестирование	После эксперимента	W-критерий Вилкоксона
1. Грачёв Д.	2	7	8	W=100,0 p-v=0,00008 p<0,001; различия достоверны
2. Соколова Н.	4	8	9	
3. Константинов А.	3	7	9	
4. Воропаева Я.	3	6	8	
5. Денисов К.	4	8	10	
6. Козлова Л.	4	9	10	
7. Жакова Ю.	2	8	9	
8. Мартынов И.	2	7	10	
9. Туркина О.	1	7	9	
10. Веселова К.	3	6	10	
x+/-Sx	2,8+/-1,0	7,3+/-0,9	9,2+/-0,8	
Me	3,0	7,0	9,0	

Промежуточное тестирование проводилось через 9 недель после начала эксперимента, а итоговое - через 15 недель, когда стало возможным говорить о достаточно качественном овладении прыжком Аксель в 1,5 оборота всеми спортсменами контрольной и экспериментальной групп.

Исследования показали, что контрольной группе понадобилось 15 недель на качественное овладение прыжком Аксель в 1,5 оборота, тогда как фигуристы экспериментальной группы затратили на это всего 9 недель. Даже невооруженным глазом видно значительное сокращение сроков обучения в экспериментальной группе. Эти данные достоверны на уровне значимости 0,001.

Мы считаем, что введение средств мультимедиа в тренировочный процесс юных фигуристов может повысить его эффективность и сократить сроки обучаемости за счет усиления мыслительных процессов в коре головного мозга, так как устный сигнал тренера и двигательные ощущения самого спортсмена о неправильном или правильном выполнении того или иного действия подкрепляется визуальным наблюдением за своими движениями.

НЕКОТОРЫЕ МОМЕНТЫ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ВРАЩАТЕЛЬНОМУ КОМПОНЕНТУ В МНОГООБОРОТНЫХ ПРЫЖКАХ ПРОГРЕССИРУЮЩЕЙ СЛОЖНОСТИ

Цветкова Ю. Л.

Санкт-Петербургский государственный университет физической культуры им. П. Ф. Лесгафта

Резко возросшая сложность элементов, острая конкуренция в борьбе за медали на Чемпионатах мира и Олимпийских играх требуют научного обоснования рациональных приёмов выполнения, выявления новых способов, позволяющих перейти на качественно более высокий уровень технического мастерства. Одно из главных мест в перечне сложнейших элементов фигурного катания занимают многооборотные прыжки, вращательный элемент которых наименее изучен, но является весьма сложной и неотъемлемой частью. Так, на последнем чемпионате Европы 2007 года, ошибки именно при выполнении многооборотных прыжков не позволили многим фигуристам взойти на пьедестал.

В последние годы в теорию и практику, в том числе в области физической культуры и спорта, прочно вошёл термин «технология обучения», отражающий, так или иначе, остро назревшие потребности в усовершенствовании обучения двигательным действиям.

Обучение двигательному действию - это путь преподавателя и ученика от неумения (отсутствие в арсенале ученика способа решения двигательной задачи) к умению на определённом уровне качества решить двигательную задачу, стоящую перед занимающимся. Уровень качества выполняемого действия зависит от общей цели подготовки.

Так что же представляет собой технология обучения вращательному компоненту в многооборотных прыжках прогрессирующей сложности?

Согласно мнению С.В. Барбашова (2000) технология обучения представляет собой одну из разновидностей нового направления научных исследований и практических разработок - технологии человеческой деятельности, под которой понимают системный анализ, руководство, проектирование и оценку компонентов, создающих целостное звено деятельности.

В.А. Солодяников (1999) наиболее подробно рассмотрел технологию обучения двигательному действию и опираясь на это мы можем констатировать следующие шаги развития: создание представления о движении, выбор метода разучивания упражнения, выбор и выполнение первого практического задания учеником, определение ошибок, выявление причин этих ошибок, исправление ошибок, выполнение последующего задания.

Вместе с тем мы пришли к выводу, что принципиальную основу содержания нетрадиционной технологии обучения составляют: сотворческая деятельность педагога и ребёнка и реализация целостной законченной программы изучаемых движений на каждом уроке; ненасильственное воспитание и обучение детей; управление двигательной деятельностью на основе неосознанной мотивации ребёнка к творческому интересу освоения техники упражнений; учёт индивидуальных особенностей при освоении элементов предполагаемого выразительного образца, формирования у детей умения планировать свои действия, представлять не только цель действия, но и способы её достижения, умения анализировать движения, последовательно выделять в них отдельные части.

Схема технологии обучения вращательному компоненту в многооборотных прыжках.

1. Техника выполнения многооборотных прыжков.
2. Техническая готовность.
3. Физическая готовность.
4. Психическая готовность.
5. Создание представления о вращательном компоненте.
6. Выбор метода обучения.
7. Первое задание.
8. Ошибки исполнения.
9. Причины ошибок.
10. Исправление ошибок.
11. Последующие задания и т. д.

Для осуществления данной последовательности целесообразно использовать следующие методико-технологические правила: