

ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ НА ТРАССЕ В УСЛОВИЯХ ЛЫЖНОЙ ГОНКИ СТУДЕНТОВ-ЛЫЖНИКОВ СПОРТИВНЫХ И НЕ СПОРТИВНЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ

В.Л. Рахманский., О.Л. Пшеничникова., О.Н. Ловыгина
Курганский государственный университет, г. Курган, Россия
vlamirlan@mail.ru

В процессе целенаправленных тренировок у спортсменов формируются индивидуальные модели поведения, позволяющие эффективно справляться с различными факторами влияющими на эффективность гонки.

Адекватность восприятия и быстрота переработки информации, принятие решения и выбор средств для достижения соревновательных целей являются одной из центральных проблем в деятельности спортсмена.

Наше исследование направленно на поиск отличительных черт в поведении студентов спортивного и не спортивного факультетов их отношения к условиям спортивной деятельности в лыжной гонке.

Цель исследования: Изучить особенности поведения на трассе у студентов-лыжников спортивных и не спортивных факультетов.

Задачи исследования:

1. Изучить особенности поведения на трассе и преодоления физической нагрузки в условиях лыжной гонки у студентов спортивного и не спортивного факультета.
2. Сравнить отдельные характеристики поведения на трассе у студентов спортивного и не спортивного факультета.

В исследовании принимало участие 40 студентов Курганского госуниверситета, из них 20 студентов спортсменов имеющих не ниже первого разряда по лыжам, и 20 студентов факультета естественных наук занимающихся лыжами согласно программе ВУЗа на занятиях по физической культуре. Поведения на трассе в условиях лыжной гонки, изучалось при помощи анкетирования.

Результаты исследований.

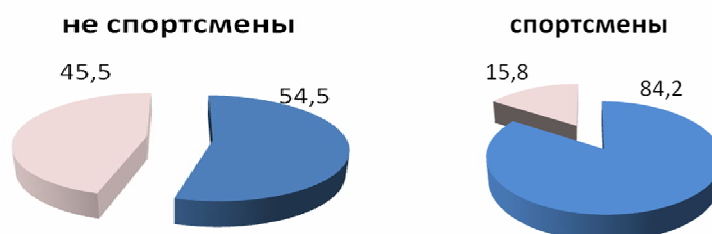


Рис.1.  – не замедляются на дистанции, если их обгоняют.
 – снижают скорость движения на дистанции для обмена впечатлениями о гонке.

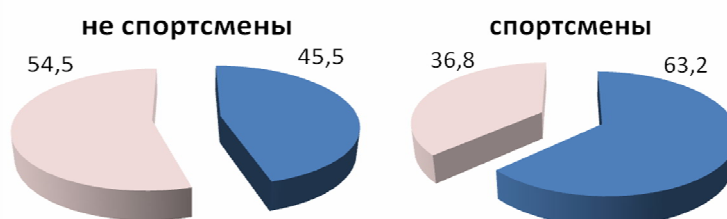


Рис. 2.  – контролируют технику своих движений дистанции,
 – не контролируют технику своих движений.

Технику хода на дистанции контролируют 63,2% студентов спортивного факультета и 45,5% студентов не спортсменов, которые контролируют лишь скорость движения, не обращая внимания на технику (рис 2).

Данные результаты вполне предсказуемы, учитывая опыт спортсменов и осознание того, что высокая техника позволяет экономить силы на дистанции, что повышает конечный результат. По нашему мнению это один из важных показателей который формирует модель поведения лыжника на трассе

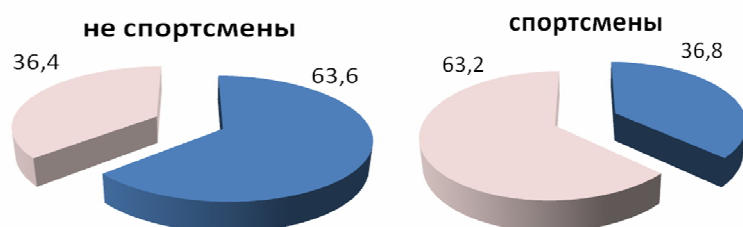


Рис. 3.  – «выкладываются» на дистанции вне зависимости от значимости соревнований,
 – «выкладываются» на дистанции, только если соревнования очень значимы.

Кроме того, такой же процент студентов спортивного факультета – 63,2 «выкладываются» на дистанции только если соревнования очень значимы для них (рис 3). Среди студентов не спортсменов таких всего 36,4% которые утверждают что «выкладываются» на дистанции вне зависимости от значимости соревнований.

Таким образом нами получены несколько результаты свидетельствующие о том, что студенты спортивного факультета более избирательны в распределении сил в зависимости от значимости соревнований, нежели студенты не спортивного факультета.

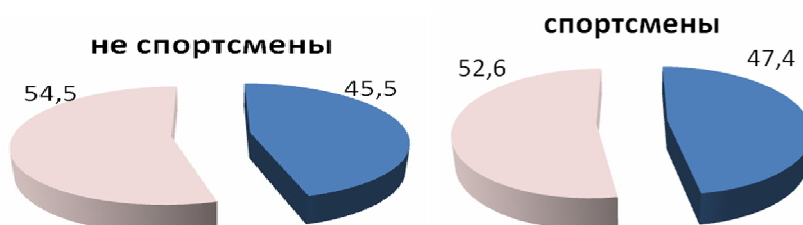


Рис. 4.  – при сильной усталости терпят, но не снижают скорости движения,
 – при сильной усталости снижают скорость движения.

При изучении волевых качеств личности, а именно поведение на дистанции при появлении сильной усталости было установлено, что 47,4% спортсменов и 45,5% не спортсменов терпят, но не снижают скорость движения при появлении сильной усталости, остальные предпочитают снизить скорость движения (рис 4).

Выводы:

1. Установлено, что студенты спортивного факультета более дисциплинированы в поведении на трассе и результат выступления у них важнее эмоционального сопереживания во время гонки.

2. Выявлено, что студенты спортивного факультета более избирательны в распределении сил в зависимости от значимости соревнований, чем студенты не спортивного факультета.

Литература

1. Бутин, И.М. Лыжный спорт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / И.М. Бутин. – М.:Изд. центр Академия, 2000, – С. 191–2021.
2. Корнелюк, А.О. Стрессовые нагрузки в спорте и проблема адаптации / А.О. Корнелюк. – Минск, 1992 – С. 6–8.
3. Платонов, В.Н. Соревновательная деятельность в спорте / В.Н. Платонов, В.С. Келлер. – К.: КГИФК, 1987. – 48 с.
4. Романин, А.Н. XIX Международный конгресс Общества исследования стресса и тревожности / А.Н. Романин //Психологический журнал. – 1999, – т. 20. – № 2 – С. 132–134.