

Выпускная квалификационная работа
по специальности 032101(65) – Физическая культура и спорт

«Особенности развития внимания у детей, занимающихся настольный теннисом»

Бородин Виталий Валерьевич

Научный руководитель:
Д.Псих.Н., профессор
Серова Л.К.

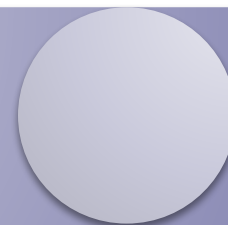
Национальный государственный Университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта
Санкт–Петербург, 2016

Объект и предмет исследования



ОБЪЕКТ:

Процесс подготовки игроков в настольный теннис младшего школьного возраста



ПРЕДМЕТ:

Развитие различных качеств внимания у юных теннисистов



Гипотеза

ПРЕДПОЛАГАЕТСЯ, ЧТО РАЗРАБОТАННАЯ МЕТОДИКА
ПОЗВОЛИТ ПОВЫСИТЬ УРОВЕНЬ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ,
ЗАНИМАЮЩИХСЯ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ

Цель и задачи исследования

Цель исследования:

Развитие необходимых свойств внимания у юных игроков в настольный теннис.

Задачи исследования:

1. Определить уровни свойств внимания у юных теннисистов 7-9 лет;
2. Разработать методику развития различных свойств внимания у теннисистов;
3. Дать рекомендации тренерам по методике развития внимания у детей, занимающихся настольным теннисом.

Методы исследования

Использованные методы

Анализ литературных данных;

Педагогическое наблюдение;

Спортивно педагогическое
тестирование;

Педагогический эксперимент;

Метод статистической
обработки данных .

Экспериментальные данные

Результаты тестирования контрольной группы до эксперимента

№ п.п	Инициалы	Набивание мяча на пр.руке	Набивание мяча на лев.руке	Упражнение «треугольник»	Упр-е «восьмерка»	Накат справа	Накат слева
1	Я.М.	67	21	4	4	18	14
2	Д.С	54	27	2	3	12	8
3	К.Н.	53	23	3	4	8	9
4	К.Л.	70	23	2	5	14	15
5	Х.Л.	73	31	4	6	19	17
6	М.С.	76	31	4	5	21	19
7	С.Д.	77	34	5	6	24	22
8	К.Н.	54	29	2	7	17	14
X±m		65,5±3.18	27,37±1,72	3,25±0,39	5,0±0,53	16,6±2,12	14,75±2,12

Результаты тестирования экспериментальной группы до эксперимента

№п.п.	Инициалы	Набивание мяча на пр. руке	Набивание мяча на лев.руке	Упр-е «треугольник»	Упр-е «восьмерка»	Накат справа	Накат слева
1	К.С.	41	17	2	2	17	5
2	Б.К.	54	22	1	2	16	7
3	А.К.	47	11	2	3	14	9
4	К.Р.	63	12	2	3	10	8
5	П.Д.	43	26	3	4	26	12
6	Г.Д.	47	19	2	3	29	11
7	Ш.Д	51	18	2	3	7	4
8	Я.П.	53	14	2	4	17	13
X±m		49,8±2,92	17,37±1,59	2,0±0,26	3,0±0,26	17,0±2,92	8,62±1,19

Результаты тестирования контрольной группы после эксперимента

№ п.п	Инициалы	Набивание мяча на пр. руке	Набивание мяча на лев. руке	Упр-ие «треугольник»	Упр-ие «восьмерка»	Накат справа	Накат слева
1	Я.М.	70	24	4	4	19	15
2	Д.С	58	33	3	4	14	10
3	К.Н.	57	28	4	4	10	10
4	К.Л.	73	28	2	6	14	16
5	Х.Л.	76	35	5	7	20	19
6	М.С.	79	35	5	6	22	20
7	С.Д.	80	37	6	6	25	22
8	К.Н.	57	35	3	7	18	15
X±m		68,75±3.05	31,18±1,72	4±0,39	5,5±0,39	17,75±1,99	15,87±1,59

Результаты тестирования экспериментальной группы после эксперимента

№п.п.	Инициалы	Набивание мяча на пр. руке	Набивание мяча на лев. руке	Упр-ие «треугольник»	Упр-ие «восьмерка»	Накат справа	Накат слева
1	К.С.	55	22	4	4	19	7
2	Б.К.	65	27	4	4	17	9
3	А.К.	58	26	5	6	15	10
4	К.Р.	72	22	4	5	13	9
5	П.Д.	53	31	4	6	29	13
6	Г.Д.	56	24	6	4	30	12
7	Ш.Д	67	22	3	4	10	6
8	Я.П.	70	19	3	4	18	14
X±m		61,75±2,52	24,12±1,59	4,5±0,39	4,62±0,26	18,±2,65	10,±1,06

Сравнительные данные экспериментального исследования по критерию Стьюдента

№ теста	t контрольной	p контрольной	t экспериментальной	p экспериментальной
1	0,73	$\geq 0,05$	3,10	$\leq 0,05$
2	1,56	$\geq 0,05$	3,0	$\leq 0,05$
3	1,15	$\geq 0,05$	5,43	$\leq 0,001$
4	0,76	$\geq 0,05$	4,76	$\leq 0,01$
5	0,39	$\geq 0,05$	0,47	$\geq 0,05$
6	0,42	$\geq 0,05$	0,86	$\geq 0,05$

Обе группы улучшили свои результаты, но у экспериментальной группы динамика более положительная. У контрольной группы различия статистически не значимы, в отличие от экспериментальной (p меньше 0,05, 0,01 и 0,001. Это значит, что 95%, 99%, и 99,99% результатов различаются). Эти результаты доказывают эффективность примененной методики.

Выводы

Наблюдение за игровой деятельностью юных теннисистов показало, что различные свойства внимания у них развиты недостаточно.

Разработанная методика развития различных свойств внимания, необходимых в настольном теннисе, показала свою эффективность. У экспериментальной группы наблюдается существенная положительная динамика результатов по 4 тестам из 6. Различия статистически значимы, кроме тестов на накаты. Это сложный для новичков технический прием, который за шесть месяцев эксперимента невозможно значительно совершенствовать.

Контрольная группа также улучшила свои результаты по тестам, но незначительно. Различия статистически не значимы.

Практические рекомендации

- Развивать внимание, а следовательно, и все психические процессы, следует не только в игре у стола, но и специальными упражнениями, которые можно включать в тренировочный процесс с самых первых шагов обучения настольному теннису.
- Так, упражнения на внимание можно включать в подготовительную часть занятия, в строевые упражнения, в эстафеты, применять специально направленные подвижные и спортивные игры.

Например, в разминке обучаемым можно предложить:

- прослушивая команды, замечать в них ошибки;
- запоминать место каждого в строю и замечать, если эти места переменились;
- не выполнять в процессе упражнений отдельные «запрещенные» движения;
- выполнять отдельные движения зеркальным способом – «наоборот»;
- выполнять ряд быстрых движений за ведущим и двумя ведущими;
- выполнять серии команд по отдельным сигналам, сериям сигналов и т.п.

Список использованной литературы

1. Байгулов Ю. П. Настольный теннис: вчера, сегодня, завтра / Ю. П. Байгулов – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 256 с. + 16 с. Вкл., ил. ISBN 5-278-00706-0
2. Байгулов Ю. П. Настольный теннис. Вчера, сегодня, завтра. ФиС, М.: 2000 г.
3. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. Высш. Учеб. Заведений / Г. В. Барчукова, В. М. М. Богушас, О. В. Матыцин; под ред. Г. В. Барчуковой. – М. : Издательский центр «Академия», 2006. – 528 с. ISBN 5-7695-2167-8
4. Барчукова Г. В. Формирование технико-тактического мастерства в индивидуально игровых видах спорта (на примере настольного тенниса). Автореф. докт. пед. наук, М.: 1995.
5. Блонский П.П. Избранные психологические произведения. - М.: 1964. – 548с.
6. Вейн А.М. Внимание человека. - М.: Просвещение, 1973. - 162 с.
7. Гальперин, П. Я. Введение в психологию. - М.: МГУ, 1976. - 263 с.
8. Гальперин, П. Я. Экспериментальное формирование внимания / П. Я. Гальперин, С. Л. Кабыльницкая – М.: Из-во Моск. Ун-та; 1974. – 101 с.
9. Гальперин Введение в психологию. - М.: МГУ, 1976. - 263 с.

10. Дормашев Ю. Б. Психология внимания : [Учебник] / Ю. Б. Дормашев, В. Я. Романов. – М.: Тривола, 1995. – 352 с.: ил. – ISBN 5-314-00016-4
11. Истомина З.М. Развитие внимания. - М.: Просвещение, 1978. - 120 с.
12. Маклаков, А. Г. Общая психология: учеб. Пособие / А. Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2009. – 582 с. 6 ил. – (Учебник для вузов). – ISBN 978-5-272-00062-0
13. Портных, Ю. И, Серова Л. К.. Психологическая подготовка игроков в настольном теннисе: Лекция / СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. 1997, 20 с.
14. Серова Л.К, А.Е Мартынов.. Настольный теннис в студенческом спорте Учебно-методическое пособие., Спб, 2008, стр. 58-64.
15. Общая психология / под редак. А.В Петровского – М: Просвещение, 1976
16. Орман Л Современный настольный теннис – М: ФиС, 1985
17. Сурков Е.Н Антиципация в спорте –М: ФиС, 1982
18. Цзен Н.В, Пахомов Ю.В Психотренинг : игры и упражнения – М: ФиС, 1988

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

