

РЕФЛЕКСІЯ В СТРУКТУРІ ТАКТИЧНОГО МИСЛЕННЯ СПОРТСМЕНІВ

Віктор Ушаков

Старший викладач Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Богдана Хмельницького, e-mail: viktorfiz08@rambler.ru

Вступ. Однією з актуальних проблем теорії і практики спортивного тренування є проблема тактичної підготовки спортсмена. Тактика спортсмена базується на правильній, адекватній оцінці власних можливостей, можливостей суперника і сформованої ситуації, що дозволяє вибрати і реалізувати в певній послідовності найбільш доцільні технічні дії і операції, спрямовані на досягнення перемоги з найменшою витратою сил і енергії.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних навчально-методичної та наукової літератури з питання тактичної підготовки спортсменів.

Результати дослідження. Ефективність тактичних дій залежить від здатності спортсмена швидко і правильно оцінити ситуацію, що складається і вже сформовану ситуацію, реакції на них точними, своєчасними діями, вміння підготувати сприятливі для атаки або захисту моменти. А це висуває підвищені вимоги до властивостей уяви і мислення. Науковці відзначають, що уявне рішення тактичного завдання відбувається тим швидше, чим більше практичний досвід спортсмена, тому в навчально-тренувальному процесі необхідно приділяти увагу формуванню тактичного мислення.

У структурі тактичного мислення слід особливо виділити рефлексивні процеси. Процеси пошуку і прийняття тактичного рішення в поєдинку, який представляє собою ланцюг постійно виникаючих проблемних і конфліктних ситуацій, забезпечуються особистісною рефлексією. Рефлексія - спосіб і форма діяльності самосвідомості на рівні понятійного мислення.

Рефлексія розвивається в конкретному виді діяльності шляхом залучення великої кількості різних параметрів проблемної ситуації, наприклад, розпізнавання і прогнозування задумів суперника під час поєдинку.

Спортсмен повинен мати досить високий рівень ситуативної і перспективної особистісної рефлексії, так як це є незаперечною умовою ефективності його тактичних дій. Починаючи рухову дію, спортсмен спочатку будує уяву або модель руху, а потім чергу його виконання. Таким же чином відбувається і рішення тактичного завдання, але цей процес більш складний. Рухове завдання - це уявлення в свідомості людини способу досягнення мети при конкретних умовах. Причому вона залежить від особистого ставлення до неї самого спортсмена, і не тільки від особистого ставлення до неї, а й від індивідуальних інтелектуальних здібностей до її вирішення.

Розвивати здатність до рефлексії можна в результаті використання різних форм рефлексивної активності. В даний час найбільш дієвим способом можна вважати рефлексивно-інноваційний тренінг. Він являє собою систему спеціально організованих розвиваючих взаємодій між учасниками, які в ситуаціях, що моделюють змагальну діяльність, вирішують різноманітні тактичні завдання. Спортсмени повинні адекватно відображати у своїй свідомості хід події і передбачати появу наступної, тобто прогнозувати подальший їх розвиток.

Висновки. Таким чином, успішність виконання тактичних дій у спортсменів в значній мірі залежить від рівня розвитку тактичного мислення і, зокрема, рефлексії як його структурного компоненту. Отже, необхідно цілеспрямовано розвивати рефлексивне мислення, що дозволить спортсменам адекватно і обґрунтовано приймати оперативні рішення, попереджати тактичні задуми і наміри суперника в швидко мінливих ситуаціях змагальної боротьби. Розвиток рефлексивного мислення спортсменів представляє, на наш погляд, невикористаний резерв у підготовці висококваліфікованих спортсменів.