

ИЗУЧЕНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СВОЙСТВ ВНИМАНИЯ У ВОЛЕЙБОЛИСТОК 12–14 ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА

Н.Н. Белякова

МБУДОД КСДЮСШОР «Юность–Метар», Челябинск, Россия, tasia@bk.ru

Актуальность исследования. Особое значение внимание имеет в волейболе, поскольку этот вид спорта предъявляет высокие требования к скорости, точности, своевременности исполнения всех технических элементов с высокой долей результативности, стабильности и надежности.

Волейбол отличается от других видов спорта тем, что деятельность спортсмена характеризуется умениями выполнять сложные в моторном плане манипуляции с мячом. Успешность реализации тактических и технических действий в волейболе в значительной степени определяется высоким уровнем развития всех свойств внимания.

Современный волейбол предъявляет весьма высокие требования к переключению, распределению концентрации внимания, игрок должен держать сразу несколько объектов, как в центре, так и на периферии поля зрения. Спортсмен в матче должен комплексно реагировать на быстрые перемещения нескольких объектов; быстро переходить от одних действий к другим. Исходя из выше сказанного, изучение проблемы внимания представляет научный и практический интерес.

Цель – оценить уровень развития свойств внимания у волейболисток 12–14 летнего возраста.

В работе использовались такие **методы исследования** как психологическое тестирование, анализ и обсуждение результатов. Для определения объема и концентрации внимания испытуемым предоставлялась методика «**Корректурная проба**» (**буквенный вариант**). Для исследования распределения и переключения внимания применялась методика «**Отыскание чисел с переключением внимания по красно–черным таблицам**».

Результаты исследования и их обсуждение. В сентябре 2011 г. нами было проведено психологическое тестирование волейболисток, позволившее определить уровень развития свойств внимания. В тестировании приняли участие команды СДЮСШОР по волейболу: две группы по 20 человек – экспериментальная и контрольная. Квалификация игроков I–III юношеские разряды. Результаты представлены в таблице.

Таблица – Оценка уровня свойств внимания волейболисток контрольной и экспериментальной групп

Психические процессы	Группа	$\bar{X}_1 \pm m_1$	σ	t	p
Объем внимания, количество знаков	ЭГ	836,6±4,62	20,702	0,228	>0,05
	КГ	833,85±2,90	19,982		
Концентрация внимания, количество ошибок	ЭГ	10,15±1,73	7,741	0,057	>0,05
	КГ	10 ±1,957	8,753		
Распределение и переключение внимания, баллы	ЭГ	6,1±1,19	5,366	1,867	>0,05
	КГ	6±1,43	6,403		

Примечание: КГ – контрольная группа; ЭГ – экспериментальная группа; \bar{X}_1 – среднее арифметическое значение; m_1 – ошибка среднего арифметического значения показателя.

Как видно из теста на определение объема внимания, волейболистки контрольной и экспериментальной групп показали низкие результаты. Поскольку средний и высокий показатели по нормативам должны составлять 850 знаков и более.

Исследуя распределение и переключение внимания у спортсменок можно констатировать, что данные свойства находятся на среднем уровне – 6 баллов. Оценка производилась по 9 бальной шкале, где о высоком уровне свидетельствуют 7–9 баллов.

При проведении психологического теста на определение концентрации внимания, испытуемые обеих групп показали низкий результат. В среднем их показатели составили 10 ошибок и более, тогда как норма внимания по методике «Корректирующая проба» – пять ошибок и менее.

По результатам исследования можно констатировать следующее, что показатели экспериментальной группы статистически значимо отличаются от результатов контрольной группы ($P > 0,05$). Это свидетельствует об одинаковом уровне развития объема, концентрации, распределения и переключения внимания в обеих группах. Тестирование показало, что волейболистки имеют низкий уровень исследуемых трёх свойств внимания. Данное исследование позволяет заключить, что в учебно–тренировочный процесс юных волейболисток необходимо включать специально разработанные комплексы упражнений, направленные на развитие, концентрации, распределения и переключения внимания, которые позволят повысить результаты соревновательной деятельности.