

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/26701>

Тип работы: Дипломная работа

Предмет: Медицина

нет

Глава 1 Теоретические аспекты формирования двигательной памяти самбистов.

1.1 Виды памяти и их роль в запоминании движений

В науке память, которая рассматривается как познавательный процесс, начали активно изучать лишь в конце XIX века: именно в это время психология стала полноценной научной дисциплиной. В русле этой науки сформировалось современное понимание того, что такое память. Итак, это некая форма психического отражения, которая отвечает за сохранение, закрепление в сознании опыта или информации для последующего повторного её узнавания и воспроизведения.

Как уже говорилось ранее, память – это познавательный процесс, который отвечает за сохранение и воспроизведение полученной психикой информации. Память человека всегда работает поэтапно. Сначала происходит запечатление информации, за это отвечают органы чувств. Затем информация запоминается и сохраняется в головном мозге или на уровне рефлексов. Важно отметить, что запоминание может быть преднамеренным, когда мы, например, учим билет для экзамена, или же непроизвольным.

Именно непроизвольное внимание позволяет нам вспоминать, что мы видели или слышали в разных ситуациях. Если же говорить о механизме запоминания, то психологи выделяют механическое запоминание и осмысленное.

Механическое – это так называемое «зазубривание» информации.

При осмысленном запоминании человек пытается понять связи и закономерности. Говоря о том, что такое память, нельзя не отметить и процесс сохранения информации. Именно благодаря этому этапу мы помним или не помним какое-то событие, факт, человека. Сохранение может быть динамическим, что неразрывно связано с оперативной памятью, а также статическим – это прерогатива долговременной памяти, о которой мы поговорим позже. Психологи сходятся во мнении, что статистическое сохранение информации происходит круглосуточно.

Получается, что даже когда вы спите, ваша память классифицирует и сохраняет нужную информацию, полученную за день. Последние этапы работы памяти – узнавание и воспроизведение – являются неким продуктом работы рассматриваемого психического процесса. Так, при воспроизведении информации мозг с некоторой точностью даёт нам те данные, которыми владеет. Причем воспроизведение информации может быть осознанным или неосознанным.

Наверняка у каждого из нас были моменты некоего «озарения», когда мы внезапно вспоминали что-то увиденное или услышанное уже очень давно. Осознанное воспроизведение, напротив, запускается, когда человек того захочет.

Долговременная память Принято выделять несколько видов памяти по продолжительности хранения информации. Так, давно полученные данные хранятся в долговременной памяти.

Иногда какой-то факт или впечатление может сохраняться в сознании всю жизнь человека. Если простыми словами описать, что такое долговременная память, то это некий архив, который есть у человека в голове, в который можно заглянуть по мере необходимости. На сегодняшний день до конца не изучены объемы долговременной памяти человека.

Кратковременная память. Объем кратковременной памяти значительно меньше, чем долговременной. Собственно, то же можно сказать о времени хранения информации. Данный вид памяти нужен нам для того, чтобы запомнить информацию на определенный ограниченный срок. Например, чтобы рассказать стихотворение наизусть или сдать экзамен.

Оперативная память. Данный вид памяти служит человеку для обслуживания какой-то конкретной деятельности. Объем оперативной памяти человека составляет 5 ± 2 единицы информации.

Оперативная память существует совсем недолго, она постоянно изменяется по мере того, чем человек занят. Психологи также выделяют генетическую память – это память, которая наследуется поколениями. То есть человек рождается с некими знаниями об этом мире, которые развиваются по мере взросления. На сегодняшний день есть как сторонники, так и противники этой теории.

Память в компьютерных устройствах. Для работы любых компьютерных устройств, будь то персональный компьютер, планшет или смартфон, также необходима память.

Физическая память – это память, которая реализуется в виде микросхем или жесткого диска. Простыми словами – это общая память для хранения данных на устройстве.

Флеш память – альтернативный способ хранения данных. Чаще всего он реализуется с помощью небольших постоянных запоминающих устройств, например, флешки. На сегодняшний день именно этот вид памяти широко используется в цифровых портативных устройствах в виде микросхем. Главным её недостатком служит небольшой срок годности и сильная чувствительность к электричеству.

Кэш память – это небольшая промежуточная память с быстрым доступом. Так, например, в кэше хранятся данные о последних операциях, некоторые объемы текстов и информация за небольшой последний период времени. Преимущество кэш памяти в том, что информация, которая находится в ней, быстро запрашивается, доступ происходит быстро, но хранится кэш совсем недолго.

Память — это общее обозначение для комплекса познавательных способностей и высших психических функций по накоплению, сохранению и воспроизведению знаний и навыков. Память в разных формах и видах присуща всем высшим животным. Наиболее развитый уровень памяти характерен для человека. Одно из свойств нервной системы заключается в способности какое-то время сохранять информацию о событиях внешнего мира, а также многократно воспроизводить и изменять эту информацию.

В этой связи представляется весьма актуальным изучение сформированности двигательной памяти у самбистов на различных этапах возрастного развития. Работа в этом направлении даст возможность точно оценить параметры управления движениями и определить функциональные резервы развития системы координации. И, наконец, результаты подобной работы могут стать в дальнейшем предпосылкой к развитию перспективных подходов в разработке новой проблемы - изысканию возможностей направленного формирования оптимального уровня координации движений не только у спортсмен-единоборцев, но и спортсменов - представителей других видов спорта, а также у представителей различных видов трудовой деятельности, чей профессиональный уровень требует высокого уровня координации движений.

Формы проявления памяти чрезвычайно многообразны, т.к. она включена во все многообразие жизни и деятельности человека. Существует несколько основных подходов к классификации памяти. По мнению А.Г.Маклакова, в настоящее время в качестве наиболее общего основания для выделения различных видов памяти принято рассматривать зависимость характеристик памяти от особенностей деятельности по запоминанию и воспроизведению. При этом отдельные виды памяти вычлняются в соответствии с тремя основными критериями:

- по характеру целей деятельности: произвольная и произвольная. Здесь имеет значение участие воли в процессах запоминания и воспроизведения.
- по продолжительности закрепления и сохранения материала (в связи с его ролью и местом в деятельности): кратковременная, долговременная и оперативная.
- по характеру психической активности, преобладающей в деятельности: двигательная, эмоциональная, образная (зрительная, слуховая, осязательная и т.д.) и словесно-логическая.

Все виды памяти тесно связаны друг с другом и не существуют независимо друг от друга. Например, когда мы овладеваем какой-либо двигательной деятельностью, мы опираемся не только на двигательную память, но и на все остальные ее виды, поскольку в процессе овладения деятельностью мы запоминаем не только движения, но и данные нам объяснения, наши переживания и впечатления. Поэтому в каждом конкретном процессе все виды памяти взаимосвязаны [25].

Двигательной памяти, называемой иногда моторной, уделяется значительно меньше внимания, чем другим видам памяти, хотя она играет большую роль в жизни человека. Гончаров, В.И. отмечает, что без памяти на движения мы должны были бы каждый раз учиться осуществлять соответствующие действия. Автор считает, что при воспроизведении движений мы не всегда повторяем их точь-в-точь в том же виде, как раньше – присутствует их некоторая изменчивость или отклонение от первоначальных движений. Но общий характер движений все же сохраняется. Например, такая устойчивость движений вне зависимости от обстоятельств характерна для движений письма (почерк) или наших некоторых двигательных привычек: как мы подаем руку, приветствуя своего знакомого, как мы пользуемся столовыми приборами и т. д [12]. По мнению Гончаров, В.И. моторная память очень важна для многих специальностей, требующих быстрого

и точного воспроизведения сложных и тонких движений - хирургов, музыкантов, артистов балета, акробатов. Моторная память важна для овладения профессионально-трудовыми навыками. Важную роль играют те двигательные образы, которые связаны с произнесением слов. Двигательные образы могут быть связаны с процессами писания и рисования [11].

Двигательная память развивается раньше других видов памяти. У ребенка она появляется уже в первые месяцы жизни. На это указывал П.П.Блонский [4]. Он выделяет основные виды памяти, которые появляются последовательно один за другим: для первого месяца жизни характерна моторная память; затем, около 6-ти месяцев появляется аффективная память; на втором году жизни приходит очередь следующей ступени - образной памяти и гораздо позже с 3-4 лет начинает формироваться логическая память и ее развитие продолжается длительное время. Автор также говорил о том, что различные виды памяти, развивающиеся один за другим, относятся к различным ступеням развития сознания. Чем ближе к началу этого ряда, тем в меньшей степени имеет место сознание, и даже, наоборот, его активность мешает памяти [4]. Так же автор отмечал, что первоначально двигательная память выражается только в двигательных условных рефlekсах, вырабатывающихся у детей уже в первые месяцы жизни.

Ильин, Е. П. указывал, что память сохраняет последовательность каждого элемента в сложном движении. Это относится, например, к машинальной ходьбе, когда мы идем, не обращая внимания на наши шаги. Особенность моторного вида памяти состоит в отсутствии необходимости участия сознания на определенном этапе.[18]

Гончаров В. И. были проведены исследования, направленные на изучение эффективности запоминания дошкольниками (возраст от 3,5 до 6,5 лет) движений в зависимости от условий предъявления движений: наглядный показ - словесная инструкция. Процент правильно выполненных движений был выше при наглядном показе, чем при вербальном [10].

Гогун, Е.Н. изучал выполнение детьми комплекса гимнастических упражнений. Он также обнаружил, что дошкольники лучше справляются с задачей при наглядном показе, чем при словесной инструкции. Он изучал запоминание движений по прохождению детьми лабиринта. У детей 3-7 лет эффективность запоминания и воспроизведения была выше при предъявлении движений наглядно, чем в условиях их словесного описания [8].

Есть и другие исследования, которые противоречат вышеизложенным. Так, Иорданская Ф.А. обнаружила, что при словесном объяснении движения запоминаются с большим качеством. Однако запоминание движений при этом способе предъявления требует больше времени [16]. В исследованиях Куренкова Н. В. было показано, что на всех ступенях дошкольного возраста эффективность воспроизведения движений оказывалось выше по словесной инструкции, чем при наглядном показе [23].

Более подробное исследование по проблеме двигательной памяти дошкольников провела О.В.Усова. Она исследовала особенности воспроизведения танцевальных движений у детей старшего дошкольного возраста в зависимости от условий их предъявления и хранения в двигательной памяти. Ею была разработана оригинальная процедура исследования двигательной памяти на танцевальные движения с учетом возраста детей. Были выделены четыре условия предъявления комбинации движений и ее воспроизведения с учетом хранения материала в разных видах двигательной памяти: кратковременной, оперативной, долговременной (10 минут, 24 часа). Движения предъявлялись вербально и визуально. В результате исследований была доказана связь между условиями предъявления (визуально - вербально) и хранением движений в памяти. Объем и точность воспроизведения движений оказались выше при вербальном предъявлении, чем при визуальном. Движения воспроизводятся в большем объеме при их хранении в оперативной, чем в кратковременной и долговременной памяти [30].

1.2 Понятие двигательный навык в спорте

Выбор человеком какого-либо вида деятельности нередко определяется индивидуальными особенностями его памяти. В деятельности память не только проявляется, но и развивается. По этой причине так называемая профессиональная память всегда точнее, глубже и устойчивей, чем сопутствующие ей виды памяти. Память и деятельность взаимосвязаны: особенности памяти влияют на результативность деятельности, а деятельность на совершенствование процессов памяти.

Это относится к любой, в том числе спортивной деятельности, в которых особенности формирования и совершенствования двигательных навыков определяются особенностями двигательной памяти.

Память как психологическое качество по С.Л. Рубинштейну [66] «...очень интересное и многообразное свойство человеческой психики, обуславливающее запечатление (запоминание) и последующее узнавание или воспроизведение». И.М. Сеченов [72] назвал память краеугольным камнем психического развития человека. Многогранность психического развития, частично обуславливается многовидовой структурой памяти. Поэтому занимающийся тем или иным видом деятельности человек оперирует только теми видами памяти, которые как бы курируют данный вид работы. Но, несмотря на дифференциацию видов памяти, все они связаны между собой. Так и при занятиях физической деятельностью образование новых двигательных навыков происходит благодаря специфической группе видов памяти.

В основе деления памяти на виды лежит характер психической активности человека [9].

Словесно-логическая память связана с интеллектуальной деятельностью. В этом специфическом человеческом виде памяти ведущая роль принадлежит второй сигнальной системе [13].

Физиологические механизмы запоминания информации, её сохранения и воспроизведения настолько сложны, что, несмотря на интенсивное их изучение, пока нет единой, общепризнанной теории памяти. Общетеоретической базой исследований в этой области является учение И.П.Павлова [13] об условно-рефлекторной природе процесса запечатления, его представление о стимулирующей роли подкрепления в формировании и закреплении условных временных связей. Это представление в дальнейшем было существенно дополнено и уточнено работами Н.А.Бернштейна («модель потребного будущего») [22-24] и П.К.Анохина (так называемый «акцептор действия») [5].

Для современного периода развития представлений о механизмах памяти характерно стремление проникнуть в глубинные тайны физической и химической природы этого сложнейшего процесса. Исследования на нейрофизиологическом, биохимическом и биофизическом уровнях способствовали возникновению ряда теорий памяти.

Сторонники так называемой физической теории связывают процесс запечатления с электрическими и механическими изменениями синапсов под влиянием прохождения через них нервных импульсов. К разновидностям физической теории относят и голографическую гипотезу функционирования мозга, предложенную К. Прибрам [149], основанную на использовании явлений интерференции структур. Согласно этой гипотезе, в основе формирования и запечатления образов лежит пространственное взаимодействие (суперпозиция) фазовых отношений между динамическими структурами соседних нервных образований. Голографическая гипотеза придаёт особое значение микроструктуре медленных потенциалов, которая развивается в нервных сетях мозга.

Химическая теория памяти объясняет процесс закрепления, сохранения и воспроизведения следов возникновением специфических химических изменений в нервных клетках под воздействием внешних раздражителей. Особая роль при этом отводится нуклеиновым кислотам и прежде всего РНК. Предполагается, что рибонуклеиновая кислота является основой индивидуальной памяти, формируемой в онтогенезе [21].

Сила процессов мышления, памяти, интеллекта - высшей нервной деятельности (ВНД) - во многом зависит от собственно генетической памяти. Эта память развития поколений — наследственная. Этим видом памяти человек управлять не может, но на его основе лежит будущий успех в том или ином процессе жизнедеятельности, в том числе и процесс образования двигательных навыков.

Бурное развитие электронно-вычислительной техники и соответствующих теорий переработки информации создало условия для изучения механизмов памяти с кибернетических позиций. Эти исследования, преследующие цель создать математические модели человеческой памяти, основываются на представлении памяти как о системе взаимодействующих блоков переработки информации — блоков сенсорного, кратковременного, долговременного хранилищ, блоков кодирования, повторения, восстановления и принятия решения [6, 218].

В середине 50-х годов многие психологи в разных странах вернулись к старому представлению о двухкомпонентной структуре теории памяти: кратковременная память (КП) и долговременная (ДП), после чего число исследований памяти стало расти. При этом наибольшая часть исследований была посвящена кратковременной и даже ультракратковременной памяти, т. е. тем процессам, которые в традиционной психологии [12, 154-156] чаще назывались объемом внимания и объемом восприятия. Значительно совершенствуются средства экспериментального исследования.

Наиболее достоверной и доказательной нам представляется концепция Р. Аткинсона о структуре памяти [6], согласно которой КП служит мощным инструментом выявления устойчивых структурных компонентов ДП и памяти в целом. Память - это «динамическая, развивающаяся, многоуровневая система, «открытая» по своему характеру и не полно связанная по структуре и свойствам самой мнемической системы и процессов, в

ней происходящих». Поэтому представление памяти как системы позволяет не только ввести язык, полезный для дальнейшего анализа памяти, но и описывать с его помощью и восприятие, и сложную когнитивную деятельность.

Наблюдение в процессе запоминания движений является основополагающим [44]. От того, насколько четко посредством зрительного восприятия воспринято и запечатлено движение, зависит сохранение его структуры в двигательной памяти (четкий след, оставленный в памяти).

Наглядно-образный материал как зрительная форма восприятия запоминается лучше, чем словесный.

Материал лучше запоминается как при непосредственном, так и при отсроченном воспроизведении, тогда, когда есть опора на наглядный материал. Другими словами, образная память во всех случаях оказывалась более продуктивной, чем словесно-логическая.

Литература

1. Адам М. Техничко-тактическая подготовка дзюдоистов и пути её совершенствования : автореф. дис. ...канд. пед. наук / Адам Марек ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. — М., 1982. — 16 с.
2. Алексеев А. В. Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте / А. В. Алексеев. — 5-е изд., перераб. и доп. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — 352 с.
3. Алиханов И. И. Борьба вольная : учеб. пособие для занятий с начинающими / И. И. Алиханов. - М. : Физкультура и спорт, 1956. — 248 с.
4. Алиханов И. И. Вольная борьба : учеб. пособие для спортсменов разрядников / И. И. Алиханов. — М. : Физкультура и спорт, 1959. - 256 с.
5. Алиханов И. И. Техника вольной борьбы / И. И. Алиханов. — М. : Физкультура и спорт, 1977. — 216 с.
6. Амалин М. Е. Оценка надежности игроков самбьной команды / М. Е. Амалин, М. В. Поляков // Научно-методическое обеспечение системы подготовки высококвалифицированных спортсменов и спортивных резервов : матер. Всесоюз. науч.-практ. конф. (19-22 июня 1990 г.). — М., 1990. — Ч. 1. — С. 231.
7. Андреев В. М. Борьба самбо / В. М. Андреев, Е. М. Чумаков. — М. : Физкультура и спорт, 1967. — 176 с.
8. Анохин П. К. Системные механизмы высшей нервной деятельности: избр. труды / П. К. Анохин. - М. : Наука, 1979. - 453 с.
9. Аросьев Д. А. Некоторые формы построения предсоревновательной подготовки спортсменов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Аросьев Дмитрий Александрович ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. -М., 1969. — 21 с.
10. Артамонова И. Е. Индивидуальный стиль деятельности как фактор соревновательной надежности спортсмена : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Артамонова Ирина Евлампиевна ; Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры. — Малаховка, 1987.-20 с.
11. Байдун С. И. Оценка и повышение надежности выполнения технико-тактических действий баскетболистов во время соревнований : автореф. дис.... канд. пед. наук / Байдун Слейман Ибрагим ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. — М., 1986. — 18 с.
12. Баландин В. И. Повышение функциональных возможностей и соревновательной надежности юных спортсменов методом ментальной тренировки / В. И. Баландин, П. В. Бундзен // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1997. - № 4. - С. 22-26, 39-40.
13. Барашкин М. В. Проявление индивидуальных особенностей тревожности у юных дзюдоистов в предсоревновательном периоде / М. В. Барашкин // Управление тренировочным процессом на основе учета индивидуальных особенностей юных спортсменов : тез. докл. XIII Всесоюз. науч.-практ. конф. (Харьков, 28-31 мая 1991 г.). - М., 1991. - Ч. 1. - С. 140-141.
14. Батуев А. С. Высшая нервная деятельность / А. С. Батуев. — М. : Высш. шк., 1991.-256 с.
15. Белинович В. В. Обучение в физическом воспитании / В. В. Белинович. -М. : Физкультура и спорт, 1958. — 262 с.
16. Беляев Ф. П. Нейрофизиологические основы управления движениями : метод, разработ. для студентов РГУФКа / Ф. П. Беляев, Л. А. Белицкая, В. И. Тхоревский ; Рос. гос. ун-т физ. культуры. - М., 2004. - 35 с.
17. Бернштейн Н. А. Биомеханика и физиология движений / Н. А. Бернштейн ; под ред. В. П. Зинченко. — М. : Ин-т практ. психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1997. - 608 с.

18. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии / Н. А. Бернштейн ; под ред. И. М. Фейгенберга. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 288 с.
19. Бисембаева Д. У. Применение методики УМБК для формирования психорегулирующей информации в плавании / Д. У. Бисембаева // Психолого-педагогические воздействия в спортивной деятельности : сб. науч. ст. - Алма-Ата, 1988. - С. 15-20.
20. Блеер А. Н. Влияние физического утомления спортсмена на надежность проявления двигательного навыка борца / А. Н. Блеер, В. В. Шиян // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. — 2000. - № 6. -С. 36.
21. Блеер А. Н. Средства и методы совершенствования соревновательной надежности борцов греко-римского стиля : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Блеер Александр Николаевич ; Рос. гос. акад. физ. культуры, Мое. гос. акад. физ. культуры. — М., 1998. —20 с.
22. Блудов Ю. М. Экспериментальное исследование надежности некоторых психофизиологических качеств высококлассных спортсменов в экстремальных условиях ответственных соревнований (на примере спортивных единоборств) : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Блудов Юрий Матвеевич ; Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. — М., 1973. — 29 с.
23. Блюменштейн Б. Д. Психолого-педагогические методы воздействия на высококвалифицированных легкоатлетов в тренировочной и соревновательной деятельности / Б. Д. Блюменштейн // Психолого-педагогические воздействия в спортивной деятельности : сб. науч. ст. — Алма-Ата, 1988. - С. 21-27.
24. Боген М. М. Дидактические принципы в системе обучения двигательным действиям : учеб. пособие для студентов, аспирантов / М. М. Боген ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. — М., 1982. — 92 с.
25. Боген М. М. Методологические основы теории обучения двигательным действиям : учеб. пособие / М. М. Боген ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1985. - 43 с.
26. Боген М. М. Обучение двигательным действиям / М. М. Боген. — М. : Физкультура и спорт, 1985. — 192 с.
27. Бойко В. В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В. В. Бойко. — М. : Физкультура и спорт, 1987. — 144 с.
28. Большев Л. Н. Таблицы математической статистики / Л. Н. Большев, Н. В. Смирнов — М. : Наука. Главная редакция физико-математической литературы, 1983. -416 с.
29. Брегер М. И. Помехоустойчивость боксера и надежность его выступлений на соревнованиях : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Брегер Максис Исаакович ; Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. — М., 1984. — 21 с.
30. Вендрих А. Ф. Проблема надежности спортсмена в психологическом аспекте / А. Ф. Вендрих // Теория и практика физ. культуры. — 1974. — № 2.-С. 53-56.
31. Вовк С. И. Диалектика спортивной тренировки : моногр. / С. И. Вовк. — М. : Физическая культура, 2007. — 207 с.
32. Волков В. П. Исследование гибкости борцов самбистов высокой квалификации / В. П. Волков // Тезисы докладов IX конференции молодых ученых ГЦОЛИФК за 1971-72 гг. / Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры.-М., 1972.-С. 124-126.
33. Волков Л. В. Теория спортивного отбора: способности, одаренности, талант / Л. В. Волков. — Киев : Вежа, 1997. — 128 с.
34. Воловик А. Е. Начальное обучение классической борьбе / А. Е. Воловик. — М. : Физкультура и спорт, 1970. —216 с.
35. Воронов А. И. Методика повышения надежности технических действий в спортивной борьбе : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Воронов Анатолий Иванович ; Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. — М., 1990. — 24 с.
36. Высшая математика и математическая статистика : учеб. пособие для вузов / под общ. ред. Г. И. Попова. - М. : Физическая культура, 2007. — 368 с.
37. Гальперин П. Я. Основные результаты исследований по проблеме "Формирование умственных действий и понятий" : докл. ... д-ра пед. наук (по психологии) / Гальперин Петр Яковлевич ; Мое. гос. ун-т. — М., 1965. — 50 с.
38. Гальцев А. И. Формирование способов решения двигательных задач в условиях поединка у дзюдоистов высших разрядов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Гальцев Александр Иванович ; Рос. гос. ун-т физ. культуры. -М., 2003.-24 с.
39. Гамезо М. В. Атлас по психологии : информ.-метод. пособие к курсу «Психология человека» / М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. — 3-е изд., доп. и испр. - М.: Пед. о-во России, 2001. — 275 с.

40. Герасимов Ю. Н. Соревновательная надежность дзюдоистов высокого класса и педагогические методы ее совершенствования : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Герасимов Юрий Николаевич ; Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. — М., 1985. — 23 с.
41. Гончарова А. В. Повышение надежности защитных действий самбисток с учетом решения спортивных двигательных задач / А. В. Гончарова // Теория и практика физ. культуры : тренер : журнал в журнале. — 2007.-№12. -С. 45-48.
42. Грибкова Л. П. Влияние личностных особенностей гимнасток на надежность спортивной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Грибкова Людмила Павловна ; Ленинград, гос. ун-т им. А. А. Жданова. — Л., 1986.-20 с.
43. Григорьянц И. А. К проблеме надежности соревновательной деятельности спортсменов / И. А. Григорьянц, Е. Г. Козлов, В. Г. Колюхов // Теория и практика физ. культуры. — 1981. — № 1. — С. 8—10.
44. Губа В. П. Влияние морфобиомеханических характеристик на надежность соревновательной деятельности юных теннисистов / В. П. Губа, А. Б. Самойлов // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка : детский тренер : журнал в журнале. — 2001. - № 1. - С. 33-35.
45. Данилина Л. Н. Проблема психической надежности в спорте : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / Л. Н. Данилина, В. А. Плахтиенко ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. — М., 1980. — 56 с.
46. Дружинин Г. В. Надежность автоматизированных систем / Г. В. Дружинин. - 3-е изд. - М. : Энергия, 1977. — 536 с.
47. Дутов В. С. Индивидуализация подготовки дзюдоистов на основе подбора спарринг-партнеров : автореф. дис. ...канд. пед. наук / Дутов Влади-мир Саватеевич ; Адыг. пед. ин-т. — Майкоп, 1985. — 20 с.
48. Дьячков В. М. Легкоатлетические прыжки : Методика тренировки в прыжках в длину, высоту, тройном и с шестом / В. М. Дьячков. — М. : Физкультура и спорт, 1955. — 144 с.
49. Дьячков В. М. Надежность в спорте / В. М. Дьячков // Легкая атлетика. - 1975. -№ 4. - С. 4.
50. Дьячков В. М. О сенсорной основе технико-тактического мастерства спортсменов / В. М. Дьячков, Т. А. Ротанова // Теория и практика физ. культуры. - 1975. -№ 7. - С. 77-78.
51. Еганов А. В. Разработка уровня оценки психической надежности тренировочных средств подготовки дзюдоистов высших разрядов / А. В. Еганов, В. М. Семенов, В. И. Пугачев // Оптимизация спортивной тренировки и физкультурно-оздоровительной работы : сб. науч. тр. — Челябинск, 1994. - Ч. 1. - С. 42^4.
52. Еганов В. Г. Формирование двигательных навыков при выполнении технико-тактических действий в борьбе самбо : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Еганов Валерий Георгиевич ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. -М., 1981. - 15 с.
53. Елисеев С. В. Модельные характеристики борцов-самбистов Чемпионов Мира / С. В. Елисеев, С. Е. Табаков, С. Н. Селуянов // Актуальные проблемы спортивных единоборств. Теория и методика подготовки спортсменов : сб. науч. тр. / под общ. ред. В. М. Игуменова. - М., 2000. - С. 59-62.
54. Елисеев С. В. Предсоревновательная подготовка борцов-самбистов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Елисеев Сергей Владимирович ; Рос. гос. акад. физ. культуры. - М., 2001. - 23 с.
55. Зацiorский В. М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В. М. Зацiorский. - 3-е изд. - М. : Сов. спорт, 2009. -199 с.
56. Зимкин Н. В. Физиологическая характеристика силы, быстроты, выносливости. Очерки / Н. В. Зимкин. — М. : Физкультура и спорт, 1956. -207 с.
57. Игуменов В. М. Методика и организация научных исследований в спортивной борьбе : метод, рекомендации для студентов, слушателей ВШТ, фак. усовершенствования и повышения квалификации ГЦОЛИФК / В. М. Игуменов, Б. А. Подливаев ; Гос. центр, ин-т физ. культуры. — М, 1985. — 54 с.
58. Игуменов В. М. Модельные характеристики соревновательной деятельности в спортивной борьбе / В. М. Игуменов, А. Н. Блеер, И. Д. Свищев // Спортивные единоборства на рубеже столетий: пути и перспективы развития : материалы Всерос. науч.-практ. конф., посвящен. 80-летию проф. каф. борьбы Е. М. Чумакова / Рос. гос. акад. физ. культуры. — М., 2001. - С. 10-14.
59. Игуменов В. М. Общие основы управления процессом спортивного совершенствования : метод, разраб.

- для студентов 3 курса тренерского факультета, слушателей ВШТ и фак. усовершенствования и повышения квалификации ГЦОЛИФКа / В. М. Игуменов ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1986. - 19 с.
60. Игуменов В. М. Спортивная борьба : учеб. для студентов и учащихся факультетов (отделений) физического воспитания педагогических учеб-ных заведений / В. М. Игуменов, Б. А. Подливаев. - М. : Просвещение, 1993. -240 с.
61. Игуменов В. М. Стандартизация средств и методов контроля за физической подготовленностью борцов старших разрядов : метод, разработ. / В. М. Игуменов, В. В. Шиян, Б. А. Подливаев ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. — М., 1987. — 56 с.
62. Ильин Е. П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин — М. : Просвещение, 1987. - 287 с.
63. Инновационные процессы в развитии технологий психической подготовки и психодиагностики в олимпийском спорте / П. В. Бундзен [и др.] // Теория и практика физ. культуры. — 2001. — № 5. - С. 12-18.
64. Ионов С. Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста : метод, рекомендации / С. Ф. Ионов, Е. М. Чумаков ; Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР. - М., 1986. — 59 с.
65. Исакова Т. Ц. Использование психолого-педагогических факторов в повышении надежности спортсмена / Т. Ц. Исакова // Психолого-педагогические воздействия в спортивной деятельности : сб. науч. ст. — Алма-Ата, 1988.-С. 135-143.
66. Колесников Л. Л. Движение ты прекрасно! / Л. Л. Колесников, Б. А. Никитюк, Л. Е. Этинген. -М.: [б. и.], 1993.-183 с.
67. Коренберг В. Б. Надежность исполнения в гимнастике / В. Б. Коренберг. — М. : Физкультура и спорт, 1970. — 192 с.
68. Коренберг В. Б. Надежность решения двигательных задач / В. Б. Коренберг // Теория и практика физ. культуры. - 1997. - № 10. — С. 18-23.
69. Крестовников А. Н. Очерки по физиологии физических упражнений / А. Н. Крестовников. — М. : Физкультура и спорт, 1951. - 532 с.
70. Кривоусас Р. П. Особенности технико-тактического мастерства юных дзюдоистов / Р. П. Кривоусас // Спортивная борьба : ежегодник. - М., 1983.-С. 29-30.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/26701>