

тренних дел Республики Беларусь». – Могилев : Могилев. высш. колледж МВД Респ. Беларусь, 2014.

2. Гожин, В. В. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах : учеб. для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования / В. В. Гожин, О. Б. Малков. – М. : Физкультура и Спорт, 2008. – 232 с.

3. Чехранов, Ю. В. Приемы борьбы как спортивный компонент физической подготовки курсантов вузов МВД России : учеб.-метод. пособие / Ю. В. Чехранов, В. Л. Дементьев. – М. : Московский университет МВД России им. В. Я. Кикотя, 2015. – 70 с.

УДК 338.48-52

Д. А. Ревин

*преподаватель кафедры прикладной физической
и тактико-специальной подготовки
Могилевского института МВД*

СПЕЦИАЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ И УСЛОВИЯ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

***Аннотация.** В статье рассматривается вопрос определения способностей и соотношения их с признаками свойств, проявляемых в спортивной деятельности.*

Попытки осмысления природы способностей и механизма их реализации в различных условиях деятельности уходят в глубь истории человечества (Платон и Аристотель, Спиноза и Фараби, Д. Дидро и Н. Гельвеций и др.). Они являются предметной областью системных исследований философов (К. Маркс, Ф. Гальтон, Н. А. Бердяев, Т. И. Армеева, И. М. Волков и др.), социально-педагогических (Н. А. Аминов, И. В. Тихомирова, Н. В. Кузьмина, Н. Ф. Талызина и др.) и психологических изысканий, изложенных в трудах как зарубежных (У. Штерн, Н. Терстон, У. И. Спирмен, Э. Торндайк, Э. Мейман, А. Пьерон и др.), так и отечественных ученых (К. К. Платонов, Н. С. Лейтес, Б. М. Теплов, В. Д. Небылицин, А. И. Крупнов, В. Д. Дружинин, Э. А. Голубева и др.) [1].

Эти знания усилили тенденцию к интеграции и углубленной дифференциации современной теории спорта, существенно изменили парадигму научных исследований. Стало возможным сформулировать общую методологическую концепцию современной теории спортивной деятельности, которая приобрела контуры дифференциальной, самостоятельной

предметной области знаний, требующей системного подхода к изучению ее предметов.

С этих позиций значительное количество теоретических исследований относится к определению способностей, природной и социальной обусловленности, проявлению и развитию ее в конкретных видах спортивной деятельности (В. А. Родионов, Б. А. Вяткин, О. В. Конопкин, Е. И. Ильин, Ю. В. Верхошанский, В. П. Платонов, Г. Д. Горбунов, Р. А. Пилоян, О. А. Сиротин и др.).

В целостной картине категории «способности» с разной степенью глубины и полноты представлены онтологические аспекты способностей, биологические, психолого-педагогические факторы, обуславливающие их формирование и развитие. Вследствие этого не преодолены разногласия о сущностном определении категории способности. Отсюда возникают противоречия между понятиями активности и способностей, деятельности и способностей, подготовленности и способностей, неоднозначности интерпретации физических качеств и способностей.

Указанные проблемы весьма актуальны, так как современное развитие целого ряда жизненно важных профессий, в том числе спортивной, которая становится сферой профессиональной деятельности значительной части человечества, характеризуются чрезвычайно высокими качественными и количественными параметрами результативности. Последняя требует не столько высокого уровня моторного потенциала на фоне оптимальной избыточности функционального резерва, сколько способности его реализации в экстремальных условиях деятельности. Проблема сущностных характеристик, условий формирования и оптимального развития способностей обостряется и в связи с требованиями, предъявляемыми к человеку (спортсмену) системой биологических, социальных и экологических отношений. Категория «способности» — это не только категория философии или психологии, но и социально-педагогическая.

Основная трудность исследования способностей заключается в определении их природы и корректной интерпретации в различных сферах жизнедеятельности человека. Неопределенность понятия «способности» зачастую приводит к неоднозначности восприятия научной концепции. Основная задача состоит не в рассмотрении концептуальных положений проблемы способностей, изложенных в трудах ряда авторов, а в выявлении определения понятия «способности» и условий их формирования в конкретной деятельности.

В этой связи рассмотрим некоторые определения способностей и соотнесем их с признаками свойств, проявляемых в спортивной деятельности.

Б. М. Теплов выявляет три признака способностей: 1) индивидуально-психические особенности (свойства), отличающие одного человека от другого; 2) только те свойства, которые имеют отношение к успешности выполнения деятельности или нескольких деятельностей; 3) особенности, не сводимые к знаниям, умениям и навыкам, но обуславливающие легкость приобретения знаний и навыков. По определению К. К. Платонова, способность — «...та часть структуры личности, которая, актуализируясь в конкретном виде деятельности, определяет качество последней» [2, с. 23]. Способность сама обладает свойством как часть личности определять эффективность деятельности. Близкое к указанному определению приводит Н. С. Лейтес: «способности — свойства личности, от которых зависит возможность осуществления и степень успешности деятельности» [3, с. 36]. Всестороннее развитие способностей, считает автор, одна из основных задач обучения, воспитания и развития, т. е. способности — «...это не изначальные и независимые сущности, а психические образования, возникающие и развивающиеся в процессе взаимодействия человека с миром» [3, с. 42]. А. П. Ковалев и В. Н. Мясичев под способностями понимают комплекс свойств, необходимых для успешного выполнения какой-либо деятельности, включая профессионально важные качества, интеллектуальные, волевые и эмоциональные особенности, а также систему личностных отношений.

Данные выше определения содержат преимущественно психическую характеристику особенностей, где они рассматриваются как существенные качества, обуславливающие реализацию конкретной психической функции. При этом не рассматриваются связи с динамическими характеристиками проявления биологической, двигательной и других функций организма как целостного образования, детерминирующего успешность реализации любой деятельности.

В этом смысле более полным можно признать определение С. Л. Рубинштейна и В. С. Мерлина: «Способности, которые как системное образование в структуре индивидуальности включают в себя комплекс разнородных свойств, определяющих функционирование системы по мере выраженности связей и отношений между ними» [4].

Наиболее последовательно и логически обосновано определение способностей, данное Э. А. Голубевой и В. Д. Шадриковой. С их точки зрения, способности представляют собой свойства, ради которых конкретные функциональные системы формировались в процессе эволюционного развития человека как природные задатки способностей, так и в процессе конкретной деятельности, приобретенные индивидуально психические свойства, каждое из которых способно реализовать отдельную функцию.

Авторы отмечают, что способности определяются по успешности деятельности. Но это возможно определить на довольно поздних стадиях онтогенетического развития. Способности можно определить как совокупность свойств (качеств) вещи, системы, проявляющихся в процессе функционирования. Допустимо сказать, что это функциональные свойства системы, обуславливающие эффективность реализации некоторой функции. «Способности» как свойства системы определяются структурой объектов и свойствами элементов (компонентов) этой структуры [5].

Анализ показывает, что понятие «способности» применяется по разным основаниям: и как характеристика индивидуально-психологических различий человека, и как признак успешности профессиональной деятельности, и как качество и свойство. Интересным представляется системный подход В. Д. Шадрикова, который относит способности к психологической категории и рассматривает их как свойство мозга, на основе которого реализуется конкретная психическая функция. То есть способность определяется как свойство функциональной системы, реализующей психические функции в деятельности [5]. Например, свойства двигательной памяти. Ее индивидуальные различия в процессе обучения выражаются критериями: объемом памяти, точностью, прочностью и скоростью запоминания и воспроизведения. Или свойство отражать объективный мир (восприятие). В качестве важных можно выделить такие свойства, как предметность, целостность, осмысленность, обобщенность и избирательность, также имеющие индивидуальную меру выраженности, например по объему, точности, полноте, быстроте и эмоциональной окрашенности восприятия.

Одно из свойств нервной системы проявляется в поддержании длительного или концентрированного возбуждения, не приходя в состояние запредельного торможения. Это свойство характеризует силу нервной системы. Свойства психомоторики К. К. Платонов классифицирует на три группы: сенсомоторные, идеомоторные процессы, а также произвольные моторные действия. Например, основу сложных сенсомоторных процессов составляют способности человека различать, делать выбор и субъективно реагировать на движущийся объект в форме координированных движений. Изучая особенности психомоторики с учетом двигательных способностей, Е. П. Ильин выделил несколько групп качеств. В первую группу включены координационные способности, во вторую — психомоторные способности, определяющие скоростно-силовые особенности (свойства) и выносливость человека. В отдельную группу выделены сложные способности, такие как меткость, ловкость и др.

Раскрывая сущность способностей, их природу, механизмы функционирования авторы в основном объясняют внутренние процессы взаимо-

действия структурных образований в системогенезе психологической деятельности и гораздо в меньшей степени анализируют свойства функциональных систем как способности реализации двигательной активности человека, условия формирования и формы их проявления в различных сферах деятельности.

Вместе с тем применительно к спортивной деятельности результаты исследований дают основания интерпретировать «способности» как свойство человека целенаправленно реализовывать двигательную функцию в форме двигательных действий с целью достижения определенного результата. По мнению Л. П. Матвеева, качественную основу двигательных действий составляют «физические способности», «...проявляясь в деятельности как двигательные способности, они практически неотделимы от двигательных умений и навыков... формируются и совершенствуются в единстве» [6, с. 16].

Двигательные способности представляют комплексные образования, основу которых составляют физические качества, а форму проявления — двигательные умения и навыки. Здесь двигательные способности выступают как свойство двигательной функции, концентрируясь в рабочих усилиях, проявляющихся в условиях соревнования однократно, повторно, последовательно или циклически повторяясь в зависимости от вида спортивной деятельности. Например, способность спортсмена к максимальной мобилизации и проявлению рабочих усилий большой мощности во времени во многом определяет успешность в скоростно-силовых видах спорта.

Из этого следует, что понятие «двигательные способности» широко используется как выражение двигательного единства психического, физиологического, биологического, когнитивного и других компонентов сознательного поведения человека. В этом смысле понятие «двигательные способности» в определенной степени соответствует современным представлениям о возможностях индивидуальности и сущности спортивной деятельности. Вместе с тем оно ограничивает толкование структурно-содержательной стороны двигательной функции, отражает преимущественно предметно-действенную ее сторону.

Список основных источников

1. Ананьев, Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – М. : Наука, 1977. – 381 с.
2. Платонов, К. К. Проблемы способностей / К. К. Платонов. – М. : Наука, 1972. – 312 с.
3. Лейтес, Н. С. Умственные способности и возраст / Н. С. Лейтес. – М. : Педагогика, 1971. – 280 с.

4. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1973. – 424 с.
5. Шадриков, В. Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В. Д. Шадриков. – М. : Наука, 1993. – 185 с.
6. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : ФиС, 1991. – 543 с.

УДК 37:796.015

В. В. Трифонов

*доцент кафедры прикладной физической
и тактико-специальной подготовки
Могилевского института МВД,
кандидат биологических наук, доцент*

ИЗМЕНЕНИЕ ТИПА САМОРЕГУЛЯЦИИ КРОВООБРАЩЕНИЯ КАК ОДИН ИЗ КРИТЕРИЕВ ОПТИМИЗАЦИИ УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

***Аннотация.** В статье рассматривается вопрос возможности применения динамики типа саморегуляции кровообращения как одного из критериев оптимизации тренировочного процесса. Показано, что физическая нагрузка, в зависимости от направленности тренировочного процесса, может влиять на тип саморегуляции кровообращения, изменяя его в сторону одного из трех известных типов. При этом изменение типа саморегуляции кровообращения в сторону среднего, как самого надежного по сравнению с сосудистым и сердечным типами, может служить маркером оптимизации учебно-тренировочного процесса.*

Влияние физической нагрузки на сердечно-сосудистую систему (ССС) изучается довольно длительное время, и этому вопросу посвящено большое количество работ [1–3].

Медицинской наукой и практикой получено много важных сведений об этиологии и патогенезе заболеваний сердечно-сосудистой системы, о связи этих заболеваний с двигательной активностью. Тем не менее заболеваемость системы кровообращения не сокращается, а наоборот, продолжает расти, распространяется на лиц молодого, трудоспособного возраста. В настоящее время каждый четвертый человек страдает заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

Общепризнано, что одним из этиологических факторов заболевания системы кровообращения является не только низкая двигательная актив-