

88
Т84

АВТОРСКИЙ
УЧЕБНИК

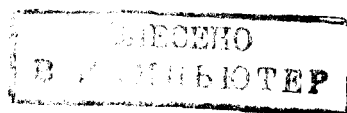
И. М. Туревский

Формирование психомоторных способностей

И. М. Туревский

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

**УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ
ДЛЯ БАКАЛАВРИАТА И МАГИСТРАТУРЫ**



**Книга доступна в электронной библиотеке biblio-online.ru,
а также в мобильном приложении «Юрайт.Библиотека»**

Москва ■ Юрайт ■ 2019

УДК 796.015.1(075.8)

ББК 75.1я73

Т87

Автор:

Туревский Илья Мордухович — профессор, доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин факультета физической культуры Тульского государственного педагогического университета имени Л. Н. Толстого, академик Международной академии наук педагогического образования, член-корреспондент Международной академии информатизации.

Рецензенты:

Кабачков В. А. — доктор педагогических наук, профессор Федерального научного центра физической культуры и спорта;

Полиевский С. А. — доктор медицинских наук, профессор Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма;

Панфилов О. П. — доктор биологических наук, профессор Тульского государственного педагогического университета имени Л. Н. Толстого.

Туревский, И. М.

Т87 Формирование психомоторных способностей : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / И. М. Туревский. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 353 с. — (Серия : Авторский учебник).

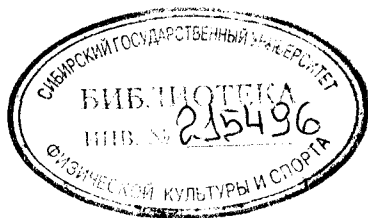
ISBN 978-5-534-10950-4

В учебном пособии содержатся результаты лонгитюдных исследований по теоретическому обоснованию механизмов, возрастных особенностей психомоторной подготовленности и связанной с ней двигательной ловкости человека. Подробно рассмотрены различные подходы к измерению физических показателей, зависимость изменения психомоторных способностей от пола и возраста; приведена программа тестирования и результаты ее практической реализации. В приложении к пособию содержатся необходимые для расчетов понятия, формулы, матрицы и коллекция упражнений для развития и оценки ловкости.

Издание адресовано преподавателям, аспирантам, студентам, магистрам, научным и практическим работникам в сфере физической культуры.

УДК 796.015.1(075.8)

ББК 75.1я73



Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».

ISBN 978-5-534-10950-4

© Туревский И. М., 2019

© ООО «Издательство Юрайт», 2019

Оглавление

Введение (общая характеристика работы)	7
--	---

Часть I

СТРУКТУРА, ОНТОГЕНЕЗ ПСИХОМОТОРНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА И ЕЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Глава 1. Структура двигательных способностей человека.....	15
1.1. Теоретические предпосылки и подходы к решению проблемы психомоторной подготовленности	15
1.2. Психофизиологические механизмы психомоторной подготовленности	20
1.3. Подходы к способам измерения (тестирования) различных сторон психомоторной подготовленности	23
<i>Резюме.....</i>	<i>24</i>
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 1</i>	<i>25</i>
Глава 2. Методологические и организационно-методические подходы к исследованию	26
2.1. Системно-структурный подход к исследованию психомоторной подготовленности	27
2.2. Проблема психомоторики.....	30
2.3. Базовые понятия исследования	32
2.4. Методы и организация исследования	36
2.4.1. Отбор материала и программа тестирования психомоторной подготовленности	41
2.4.2. Тестирование психомоторной подготовленности	45
<i>Резюме.....</i>	<i>55</i>
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 2</i>	<i>56</i>
Глава 3. Возрастная динамика показателей различных проявлений психомоторных способностей в школьный период онтогенеза.....	57
3.1. Психомоторные способности девочек разного возраста	57
3.2. Сравнительный анализ средних показателей тестирования психомоторных способностей девочек и мальчиков	60
<i>Резюме.....</i>	<i>65</i>
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 3</i>	<i>67</i>
Глава 4. Факторная структура психомоторных способностей детей в школьный период онтогенеза	68

4.1. Мальчики школьного возраста (факторный и корреляционный анализ)	69
4.2. Корреляционный и факторный анализ структуры психомоторных способностей девочек	71
4.3. Сравнение структуры психомоторных способностей девочек и мальчиков по данным корреляционного и факторного анализа.....	72
<i>Резюме</i>	83
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 4</i>	84

Глава 5. Возможности использования структуры психомоторных способностей в теории и практике физического воспитания

5.1. Система педагогического контроля психомоторной подготовленности детей 7—8 лет	85
<i>Резюме</i>	91
5.2. Информативность показателей, характеризующих психомоторные способности детей 11—12 лет	91
<i>Резюме</i>	102
5.3. Принципы спортивной ориентации детей и подростков в связи с возрастной изменчивостью структуры психомоторных способностей.....	102
5.4. Работа по физическому воспитанию в педагогических вузах с позиций структурной организации двигательной деятельности.....	106
<i>Резюме</i>	113
5.5. Инволюция структуры психомоторной подготовленности человека... ..	114
<i>Резюме</i>	120
5.6. Влияние экологических факторов на структуру психомоторной подготовленности учащейся молодежи	120
5.6.1. Повышенная радиация и здоровье детей и подростков	121
5.6.2. Динамика показателей психомоторной подготовленности детей и подростков, проживающих в кризисной экологической обстановке	125
5.6.3. Структура психомоторной подготовленности детей и подростков, проживающих в кризисной экологической обстановке	126
<i>Резюме</i>	127
<i>Заключение по главе 5</i>	128
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 5</i>	130

Часть II

ЛОВКОСТЬ КАК ВЫСШАЯ СТЕПЕНЬ ПСИХОМОТОРНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Введение	133
Глава 6. Развитие ловкости	135
6.1. Определение понятия «ловкость» и современные представления о ее структуре	135
6.2. Н. А. Бернштейн о двигательной ловкости	141
6.3. Представления о психофизиологических механизмах ловкости	149

6.4. Особенности возрастного развития ловкости.....	152
6.5. Методика тренировки (развития) ловкости	153
6.6. Способы измерения (тестирования) различных проявлений ловкости	157
<i>Резюме</i>	158
Глава 7. Теоретические предпосылки и методика исследования ловкости	160
7.1. Основные теоретические предпосылки исследования ловкости	160
7.2. Методы исследования ловкости.....	162
7.2.1. Методика моделирования и измерения основных проявлений ловкости	163
<i>Контрольные вопросы и задания к главам 6 и 7</i>	171
Глава 8. Развитие ловкости в школьный период онтогенеза	172
8.1. Структура ловкости и ее возрастная изменчивость.....	172
8.2. Место основных проявлений ловкости в общей структуре двигательных способностей школьников.....	176
8.3. Возрастные особенности проявления ловкости при решении сенсомоторных задач, связанных с действиями типа локомоций.....	177
8.4. Возрастные особенности проявления ловкости при решении сенсомоторных задач, связанных с ручными действиями.....	184
<i>Резюме</i>	187
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 8</i>	188
Глава 9. Влияние тренировки на процесс развития ловкости.....	189
9.1. Влияние спортивной тренировки различной направленности на развитие основных проявлений ловкости	189
9.2. Возможности применения нетрадиционных средств для развития некоторых проявлений ловкости	195
9.3. Педагогический контроль процесса развития ловкости.....	199
9.3.1. Методика оценки уровней развития основных проявлений ловкости	199
9.3.2. Методика расчета интегрального показателя локомоторной ловкости при деятельности в вероятностных условиях	202
9.3.3. Стратегия отбора и возможности прогноза процесса развития основных проявлений ловкости	204
<i>Резюме</i>	210
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 9</i>	211
Глава 10. Ловкость: миф или реальность.....	212
10.1. Ловкость как комплекс моторных и психических способностей.....	212
10.2. Роль психических и моторных способностей в различных проявлениях ловкости.....	215
10.3. Принципы построения многолетнего процесса тренировки ловкости.....	219
10.4. Перспективное планирование процесса тренировки различных проявлений ловкости	223
<i>Контрольные вопросы и задания к главе 10</i>	226

Заключение	228
Список литературы	234
Приложение 1. Основные понятия и термины	252
Приложение 2. Статистическая обработка эмпирических материалов	255
1.1. Расчет средних величин	255
1.2. Расчет стандартных отклонений	255
1.3. Расчет ошибок	256
1.4. Расчет достоверности различий по средним.....	256
1.5. Корреляция и ее расчеты	258
1.6. Факторная структура.....	260
Приложение 3. Средние данные показателей психомоторной подготовленности	262
Приложение 4. Матрицы факторных весов	268
Приложение 5. Матрицы коэффициентов корреляций	279
Приложение 6. Тестирование детей младшего школьного возраста	290
Приложение 7. Психомоторная подготовленность и двигательная ловкость в упражнениях, играх, тестах (примеры комплексов)	296