**ЛЕКЦИЯ 06. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ СФЕРА СПОРТСМЕНОВ И ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЕ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**1. Роль интеллекта и мышления в спортивной деятельности**

В ходе тренировочной и соревновательной деятельности спортсмену приходится постоянно решать задачи различной сложности, поэтому важную роль в успешности спортивной деятельности играют интеллект и уровень его развития. Б. Дж. Кретти считает, например, что существует некоторый минимальный уровень интеллектуального развития – обычно около 110–120 баллов по IQ, [9] – ниже которого совершенствование спортивного мастерства становится затруднительным. Поэтому народная поговорка «Сила есть, ума не надо» абсолютно не соответствует спортивной действительности. Надо знать, как использовать силу, чтобы был получен высокий спортивный результат. Например, известно, что дзюдоисты, показавшие высокие результаты на соревнованиях, имели лучшие показатели логического и оперативного мышления, чем борцы, выступившие неудачно. Очевидно не случайно американский психолог Оглви с коллегами выявил, что члены олимпийской команды США имели способности в мышлении, равные таковым у лучших студентов. Среди бывших учеников знаменитого тренера по легкой атлетике В. И. Алексеева более 50 человек стали докторами и кандидатами наук, и не только в области спорта.

...

*Фехтование – это борьба двух умов, двух воль, двух физических совершенств, осуществляемая посредством сложной техники в кратчайший промежуток времени.*

*А. П. Мордовии,*

*тренер по фехтованию*

...

*Основа успеха… мысль в бою. Техника, по моему глубокому убеждению, призвана быть оружием, строго управляемым рассудком.*

*Н. Королев,*

*неоднократный чемпион СССР*

В разных видах спорта роль интеллекта и его характеристик неодинакова в связи с различиями в типах и сложностях задач, которые эти виды деятельности выдвигают перед спортсменами. Например, в спортивной гимнастике успешность овладения упражнениями, по данным американского психолога Д. Тота, не обнаруживает тесной связи с развитием интеллекта у спортсменов (однако это не значит, что гимнасты обладают низким уровнем интеллекта). В ряде видов спорта (спортивная и художественная гимнастика, синхронное плавание, фигурное катание) главной особенностью мышления является творческий характер (разработка новых программ, подбор музыкального сопровождения и костюмов). Тем, кто видел шоу-программы открытия и закрытия олимпийских игр, доказывать это не надо.

Выявлены отрицательные связи между спортивными результатами, с одной стороны, и творческим воображением у спортсменов в видах спорта на выносливость и с новаторством у пловчих – с другой. Тренировочная деятельность тех и других спортсменов связана с монотонной работой. Известно, что ее лучше переносят лица с низким уровнем образования, не склонные к творчеству. Очевидно, не во всех видах спорта высокий уровень интеллекта благоприятствует достижению высоких спортивных результатов.

...

*Не секрет, что «репродуктивные» дети, занимающиеся гимнастикой, могут много работать, много повторять… Мне все-таки кажется, что все «середнячки», все «зачетники» получаются от того, что мы набираем учеников, которые много работают, вроде бы быстро растут, целый день сидят в зале. Часто мы «творческих» недооцениваем, а иногда даже нелюбим. Один тренер сказал: «Как это так, в работе вместе с учеником находить новые движения. Я же потеряю свой авторитет. Он должен делать так, как я говорю». Но я думаю, что это вчерашний день. В завтрашнем гимнасте творческие качества будут на первом плане, и только новые комбинации, рожденные в творческой работе с учениками, будут иметь какой-то блеск.*

*Белкин А. А.*

*В сб.: Психологические и психогигиенические аспекты гимнастики. Материалы Всесоюзного симпозиума. Смоленск, 1977. С. 55*

В других видах спорта (спортигры, шахматы, парусный спорт) ведущее место принадлежит пространственному мышлению.

А вот характеристика интеллекта фехтовальщиц, чемпионок США, данная американскими психологами: они обладают повышенной способностью к абстрактному мышлению, быстро схватывают идею и являются смышленными учащимися. Для них характерны высокая степень проявления воображения, экспериментаторства и творчества, черты, которые определяют критическую, аналитическую, свободно мыслящую личность.

...

*Многие опытные яхтсмены на вопрос, что главное в парусном спорте, называли «умение видеть». Оно появляется с опытом, точнее – с развитием «автопилота», освобождающего сознание для выполнения других функций. Речь идет о пространственном мышлении, проявляющемся в способности как бы видеть с высоты птичьего полета дистанцию со всеми ее составляющими и представлять собственное положение на ней. Из отдельных фрагментов, которые гонщик может наблюдать со своей позиции, он должен составить целостную картину. Гонщики, обладающие «умением видеть», легко выполняют такие задания, как мысленное вращение геометрических фигур, предметов, составление из разрезанной фигуры целого и т. д. Некоторые опытные яхтсмены вспоминали, что им легко давалась начертательная геометрия.*

*Шаронова П. А.*

*Особенности мышления в парусном спорте // Психология XXI века. СПб., 2002. С. 276–277*

Совершенствование отдельных спортсменов и команд в игровых видах спорта невозможно без анализа того, что сделано правильно, какие допущены ошибки, каким способом их можно исправить. Отсюда видна роль аналитического мышления как одной из сторон интеллекта спортсменов и тренеров.

Велика роль интеллекта в игровых видах спорта и единоборствах, где спортсмен должен думать не только правильно, но и быстро. Поэтому интеллект в этих видах спорта реализуется чаще всего в тактическом и оперативном мышлении. В спортивной литературе имеет место отождествление этих видов мышления, что не совсем правильно. Хотя оперативное мышление близко по своим характеристикам к тактическому мышлению: то и другое имеют непосредственный и образно-действенный характер, связаны с прогнозированием будущей ситуации, однако тактическое мышление связано больше с подготовкой к деятельности, с разработкой ее плана, а оперативное мышление – с осуществлением этого плана, со срочным внесением в него коррективов, если что-то мешает осуществлению задуманного. Можно сказать, что оперативное мышление является средством реализации тактического мышления.

Кроме того, оперативное мышление может проявляться и без наличия у спортсмена тактического плана. Ведь все игровые ситуации не предусмотришь, поэтому спортсмен должен решать возникшую задачу «с места», без заранее заготовленных тактических решений. Большая часть таких решений актуальна только здесь и сейчас, времени на их проверку нет, так как через несколько секунд потребуются уже другие действия.

5.2. Психологические особенности формирования тактических умений

*Под тактикой понимается целесообразное ведение соревновательной борьбы как отдельным спортсменом (индивидуальная тактика), так и в целом командой (командная тактика).*Тактика – это искусство подготовки пути (разработка плана) достижения победы и ведения соревновательной борьбы.

Суть тактики состоит в использовании в ходе соревнования специальных знаний и умений, которые, с одной стороны, позволяли бы с наибольшим эффектом реализовать спортсмену или команде свои физические, психические и технические возможности, а с другой – затруднить действия соперников. В ходе планирования тактики определяется совокупность средств и приемов, которые наиболее эффективны в данных условиях соревнования (с учетом не только своих возможностей, но и особенностей сильных и слабых сторон соперника, погодных условий, турнирной ситуации и т. д.). При этом тактика строится с расчетом завуалировать от соперника свои намерения и одновременно раскрыть его тактические намерения.

Выделяют индивидуальную и коллективную (командную) тактику. Первая наиболее ярко проявляется в спортивных единоборствах, но может использоваться и в индивидуальных видах спорта (например, разработка тактики прохождения дистанции бегунами, лыжниками, конькобежцами). Вторая, в основном, связана с организацией группового взаимодействия в спортивных играх, хотя и в шоссейных командных гонках велосипедистов она тоже может использоваться.

При планировании тактики на предстоящее соревнование нужно сделать следующее:

1) уяснить цели и задачи соревнования;

2) проанализировать свои возможности на текущий момент;

3) проанализировать сильные и слабые стороны физической, технической, психологической и тактической подготовки соперника;

4) учесть все условия, в которых будет проходить соревнование;

5) спрогнозировать препятствия и трудности, с которыми, возможно, придется столкнуться;

6) составить запасной план тактических действий с учетом возможных «сюрпризов» со стороны соперника.

Тактическое мышление характеризуется рядом особенностей (рис. 5.1).



Рис. 5.1.Характеристики тактического мышления

*Действенный характер*тактического мышления означает включенность мышления в практическое действие. Баскетболист, например, мыслит (решает, кому отдать пас) в ходе выполнения технического действия (ведения мяча), немедленно реализуя принятое решение. Волейболист, намеревавшийся сделать сильный удар, увидев блок, принимает решение в ходе выпрыгивания над сеткой сделать обманный сброс мяча за спину блокирующих.

*Вероятностный характер*тактического мышления связан с отсутствием достаточно полных сведений о противниках, их замыслах. Поэтому спортсмены и тренеры строят не абсолютный (стопроцентный) прогноз, а относительный, вероятностный. Ведь спортсмены должны учитывать, что соперник тоже готовит им какие-то сюрпризы.

Реализация разработанной тактики происходит посредством *тактических действий.*В структуру тактического действия входят:

1) восприятие спортивной ситуации;

2) умственное решение тактической задачи;

3) психомоторная реализация тактической задачи.

*Тактическая подготовка включает овладение на тренировках тактическими действиями и развитие тех качеств, которые важны для осуществления этих действий.*

В процессе реализации командной тактики важным моментом является вербальное общение между игроками. С помощью словесных реплик спортсмены помогают оценивать складывающуюся ситуацию. Неслучайно тренеры часто даже упрекают игроков в том, что они во время игры не разговаривают друг с другом.

С помощью речи тренеры вносят коррективы в тактические построения команды в случае замены того или иного игрока.

...

*По словам Д. А. Ошанина, в спортивном действии анализ текущей ситуации и выбор исполнительного акта следуют непосредственно один за другим или даже совмещены во времени. Такое сближение моментов возникновения тактической ситуации и выполнения действия приводит к тому, что в спортивной деятельности, особенно в играх и единоборствах, решающую роль приобретают сенсомоторные реакции. Большинство тактических задач требуют не только мгновенного, но и шаблонного решения, причем выбор чаще всего ограничивается двумя-тремя альтернативами и во многом основывается на неосознаваемых компонентах. В этом случае спортсмены действуют, используя механизмы сенсомоторного реагирования и не выполняя практически никаких интеллектуальных операций. Нередко, наблюдая за спортсменами, почти невозможно отдифференцировать операции как продукт мышления и операции как продукт сенсомоторного реагирования.*

*Психология спорта высших достижений. М.: ФиС, 1979. С. 95*

В тактических действиях спортсменов и спортивных команд отчетливо выступают многие психологические аспекты: *перцептивные,*связанные с восприятием информации (быстрота восприятия изменения ситуации, широта поля зрения, «видение поля», умение наблюдать за состоянием соперника), *интеллектуальные,*связанные с оценкой обстановки и принятием решения (прежде всего оперативное мышление, умение быстро распознавать намерения соперника), и *психомоторные,*связанные с осуществлением этого решения (быстрота движений, сенсомоторная координация).

Построение плана спортивной деятельности применительно к конкретному сопернику связано с прогнозированием будущей ситуации с учетом наиболее вероятных действий соперника. Итогом прогнозирования является построение спортсменом *концептуальной модели деятельности,*то есть обобщенного образа-эталона ситуаций и адекватных им действий. С помощью этих моделей спортсмен сначала распознает ситуацию, затем сравнивает ее с ситуациями из прошлого опыта, относит ее к определенному классу и выбирает способ ответа. Построение концептуальной модели позволяет спортсмену принимать быстрые и адекватные решения. Поскольку концептуальная модель деятельности формируется на основе интеграции опыта и знаний спортсмена, у новичков и опытных спортсменов она существенно отличается. Выявлено, что у новичков и баскетболистов третьего разряда имеется много ошибок перцептивного опознания, очень продолжительны поисковые операции. При этом новички чаще ориентируются при выборе оптимального хода на случайные признаки. Все это приводит к ошибкам в распознавании ситуации и принятию неэффективных решений.

*Прогностические способности*различаются у представителей разных видов спорта. «Игровики» лучше предсказывают вероятность более редкого события, а спортсмены-единоборцы лучше предсказывают более частые события. Это связано с тем, что в спортивных играх у спортсменов формируется установка на ожидание не только типичных, но и неожиданных событий. В единоборствах же события более предсказуемы.

Сформированное тактическое мышление у опытных спортсменов характеризуется:

1) быстротой, что обусловлено лимитом времени на принятие решения;

2) гибкостью, то есть умением перестраивать намеченный план тактических действий при изменении обстановки;

3) глубиной, то есть умением выделять главное, существенное в складывающейся ситуации;

4) широтой, то есть умением постоянно держать под контролем большое число связей и отношений, влияющих на ход тактических действий;

5) критичностью, то есть всесторонней проверкой на адекватность различных вариантов собственных тактических действий;

6) самостоятельностью: спортсмен умеет самостоятельно решать тактические задачи, не прибегая к помощи тренера и не поддаваясь постороннему влиянию.

Тактическая подготовка должна учитывать склонности спортсменов к той или иной тактике поведения. Выделено несколько типов спортсменов, склонных к той или иной тактике.

К первому типу относятся спортсмены, предпочитающие действовать по «жесткой» программе. Например, в единоборствах такой спортсмен заранее решает «поймать» соперника на определенный прием и будет выжидать благоприятный момент для применения этого приема даже в ущерб другим подходящим вариантам.

Второй тип спортсменов имеет несколько вариантов «заготовок». Тактическая установка на действие осуществляется по принципу «или/или». Эти спортсмены более гибки в своих тактических построениях, чем спортсмены первого типа.

Третий тип спортсменов наиболее гибкий в тактике. Нередко спортсмен вообще не продумывает заранее решающего приема и действует в зависимости от ситуации, действий соперника. Спортсмен примерно думает: «Начну атаку вот так, а там посмотрю, как он будет реагировать, и уже тогда приму решение сообразно ситуации».

Каждый из этих типов имеет определенные недостатки, но у первого типа их больше. У тех спортсменов, которые выбирают тактические решения по первому типу, главную роль играет исполнительная часть деятельности. Ориентировочная часть особого значения не имеет, так как спортсмен не столько следит за сменой ситуации, сколько готовит себя к исполнению задуманного приема. У спортсменов второго типа ориентировочная и исполнительная части более или менее сбалансированы, хотя последняя часть все же преобладает. А у спортсменов третьего типа главной является ориентировочная часть: от того насколько правильно спортсмен воспримет обстановку и распознает действия соперника, зависит успешность его выступления.

Тактическая гибкость спортсмена зависит от овладения им разнообразными тахническими приемами. Часто же бывает так, что спортсмен и его тренер, увидев, что какой-то прием получается лучше, начинают уделять его отработке основное внимание. В результате появляется «коронный» прием и спортсмен строит любой поединок в расчете только на его использование. В случае если соперник узнает о наличии у спортсмена «коронного» приема, противопоставить будет нечего.

Индивидуальная тактическая деятельность реализуется в исполнительских стилях спортивной соревновательной деятельности, о которых говорилось в главе 1.

5.3. Оперативное мышление

В спортивных играх и единоборствах борьба протекает в условиях активного противоборства соперников и быстро меняющейся ситуации, создающих лимит времени для принятия решений. Поэтому важно принять не только правильное, но и своевременное решение, иначе задача не будет решена. *Мышление в условиях срочного решения задачи и лимита времени обозначают как оперативное мышление.*

Оперативное мышление в спорте имеет специфичные особенности. Оно осуществляется во время спортивного поединка (поэтому носит действеный и наглядно-образный характер) и, как правило, при лимите времени (что определяет его вероятностный характер). Дело в том, что вследствие быстрой смены ситуаций спортсмен не успевает их классифицировать и искать правильный ответный ход. В этих условиях необходимо пусть даже приблизительное (вероятностное), но мгновенное и часто интуитивное решение.

...

*Можно вспомнить десятки примеров, когда спортсмен, очень рано проявивший свою двигательную одаренность, так и остается в категории «неплохих», не оправдав надежд тренеров. Наблюдая затем, какими тактическими средствами пользуется этот спортсмен в ситуации единоборства, специалисты говорят: «Да. емуеще иметь бы хорошую голову на плечах – далеко пошел бы…» При ближайшем знакомстве этот спортсмен совсем не выглядит ограниченным человеком; с ним интересно побеседовать, он очень логично мыслит. И всю логику как бы оставляет за порогом спортивной раздевалки.*

*В чем же дело? В специфике оперативного мышления.*

*Родионов А. В.*

*Психология спортивного поединка. М.: ФиС, 1968. С. 94*

Поэтому спецификой оперативного мышления является большой удельный вес интуитивных решений. *Интуиция*– это образное отражение действительности без ее логического анализа, но при предельной обостренности сознания. Это быстрое решение, требующее длительной подготовки. Решение и ответное действие реализуются мгновенно, поэтому процесс решения двигательной задачи становится для спортсмена неожиданным. Интуитивные решения осуществляются на основе сокращенных и свернутых умозаключений, подготовленных богатым и разносторонним опытом спортсмена, который сотни раз воспринимал аналогичные ситуации. Поэтому их восприятие происходит уже на уровне *опознания.*Спортсмены, склонные к интуиции, отличаются большим объемом внимания, хорошей долговременной памятью, наблюдательностью, развитой эмпатией.

При интуитивных решениях опытный спортсмен, используя прошлый опыт, как бы «перепрыгивает» через несколько ходов и сразу приходит к самому концу решения. В этом случае мышление основывается на «видении с места» всего решения задачи (что надо сделать), с начала до конца.

Оперативное мышление связано с феноменом *антиципации,*предвидением его действий в данный момент. Антиципация у представителей единоборств и спортивных игр осуществляется лучше, чем у спортсменов из других видов спорта, и основывается не только на вероятностном прогнозировании, но и на упреждающих действиях непосредственно в ходе спортивной борьбы. При этом «игровики» лучше предсказывают вероятность более редкого события, а единоборцы – более частого. Это связано с тем, что тактика игры разнообразнее по сравнению с тактикой единоборства (ведь помимо себя и соперника имеются партнеры, действия которых и их позицию на поле тоже приходится учитывать), поэтому у игровиков постоянно формируется установка на ожидание не только типичных, но и неожиданных событий.

Иногда правильное, казалось бы, решение не дает нужного эффекта, так как спортсмен не учел своего состояния или состояния партнера по команде в данный момент (сильное возбуждение, утомление). Поэтому при принятии решения об использовании того или иного тактического действия спортсмену нужно следить не только за состоянием соперника, но также за своим собственным и за состоянием партнеров.

При решении оперативных задач восприятие носит избирательный характер. Спортсмен использует только ту информацию, которая необходима ему в данный момент и в данной ситуации. Происходит процесс фильтрации этой информации, выделение важнейших элементов, придание им определенной значимости (существенная/несущественная для принятия решения). Например, при решении атаковать важна одна информация, а при решении защищаться – другая. Отсюда и пропуск атак соперника, который вроде бы застает спортсмена врасплох. Это значит, что спортсмен, увлекшись собственной задумкой, не принял во внимание информации, которая этой задумке не соответствовала.

Принятие того или иного тактического решения в ходе спортивной борьбы зависит от прогнозирования спортсменом риска и его склонности к переоценке или недооценке каждой ситуации как рискованной. Принятие же того или иного решения, его быстрота зависят от решительности/нерешительности спортсмена. Колебания спортсмена при принятии решения приводят к двум негативным исходам: либо благоприятный момент упускается, либо у спортсмена, выбирающего, каким ударом поразить ворота соперника, этот удар в итоге вообще не получается.

При оценке действий соперника проявляется своеобразный эгоцентрзм. Любому сопернику спортсмен приписывает более слабые ходы, чем себе. Причина этого не в легкомыслии спортсмена, полагает А. В. Родионов, а в том, что тем самым спортсмен оставляет себе больший простор действий, больше возможностей для поиска интересных тактических ходов, больше надежд на успешное противодействие.