

ВІЗУАЛЬНЕ МИСЛЕННЯ ЯК ФАКТОР УСПІШНОСТІ КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ

У статті показані психологічні фактори успішної стрільби, як фактор успішної стрільби, розглядається візуальне мислення. Об'єктом дослідження є процес підготовки особистості майбутнього офіцера до кульової стрільби.

Більшість праць, присвячених проблемі результативності кульової стрільби, відноситься до проблем теорії та методики фізичного виховання [8, 16 та ін.]. Разом з тим, вогнева підготовка в навчальній програмі майбутніх офіцерів передбачає необхідність дослідження психологічних особливостей тих, хто стріляє [12-15]. Показано, що процес формування психологічної готовності до застосування табельної вогнепальної зброї працівниками ОВС залежить від індивідуально-психологічних якостей особистості та визначається рівнем успішності в стрільбі (М.О. Чміль). При цьому візуальне мислення як фактор кульової стрільби досі не досліджувалось.

У зв'язку з даною темою в науковій літературі розглядається поняття "стан психологічної готовності" як у загальнотеоретичному, так і в прикладному плані зробили М.І. Виноградова, В.О. Гаспарян, Г.М. Газаєва, В.Є. Єфімов, Є.П. Ільїн, Є.Г. Козлов, Н.Д. Левітов, Б.Ф. Ломов, О.Р. Лурія, М.О. Мазмазян, Л.С. Нерсесян, В.Н. Пушкін, О.Ц. Пуні, О.О. Ухтомський, О.В. Тімченко, М.О.Чміль, Б.І. Фурманець, та ін.

Автори по-різному визначають і співвідносять категорії "психологічна готовність", "мобілізованість", "боездатність", "настроєність", "стійкість" тощо. Здебільшого вчені підкреслюють, що готовність – це стан, який характеризується динамічною концентрацією внутрішніх сил людини, що дозволяє їй доцільно регулювати свою діяльність. Проте проблема підготовки курсанта, зокрема успішність стрільби, у процесуальному аспекті не може бути вичерпана поняттям готовності.

Методологічною основою нашого дослідження виступають: теоретичні положення, пов'язані з теорією єдності психіки та діяльності, які розроблялися у вітчизняній психології (Л.С. Виготський, Г.С. Костюк, О.М. Леонтьєв та ін.); теоретичні положення, що розкривають закономірності розвитку особистості як суб'єкта життєдіяльності (С.Л. Рубінштейн, С.Д. Максименко та ін.); положення, пов'язані з концепцією психологічного стресу (В.О. Бодров, Л.О. Китаєв-Смик, Н.І. Наєнко, Г. Сельє, R. Lazarus, С. Spilberger та ін.); індивідуально-психологічний підхід до аналізу діяльності військовослужбовця, що використовується у військовій психології (О.В. Барабанщиков), напрацювання вікової та педагогічної психології в особистісному аспекті (Л.А.Снігур, А.В.Массанов).

Уперше поняття навчальної успішності було введено Б.Г. Ананьєвим. Поняття академічна успішність і навчальна успішність співвідносяться з поняттям результативності та ефективності [1]. Взагалі "успіх" визначається тлумачним словником як результат діяльності, який отримав високу зовнішню оцінку та соціальне схвалення. У роботах Л.С. Виготського, О.М. Леонтьєва, С.Л. Рубінштейна вчення розглядається як процес надбання знань, умінь, навичок на протигагу розвитку, під яким мається на увазі надбання здібностей і нових якостей. У цьому випадку під успішністю розуміється те, наскільки ефективно, швидко курсанти набувають нові вміння, знання, навички, наскільки ефективно вони можуть бути застосовані.

У соціальній психології використовується поняття ефективності групи. Ефективність групи (від лат. effectus – виконання дій) – відповідність результатів загально корисної діяльності групи

(колективу) тим завданням, які перед нею покладаються [3, с.414]. Групову ефективність тлумачать як синонім її *результативності* чи *успішності*. Більш вузьким поняттям є таке, коли під ефективністю розуміють співвідношення витрат і результатів діяльності. В. Якунін виділяє наступні змістовні критерії оцінки ефективності навчання: загальна і професійна компетентність, професійна спрямованість, мотивація, активність, самостійність, творчість, саморегуляція. Крім академічної успішності (об'єм і якість засвоєних знань і сформованих умінь і навичок), характером успішності навчальної діяльності вважається рівень навчальних досягнень, якість і способи розумової навчальної роботи (активність, напруженість, тривалість, систематичність, прийоми роботи... Оцінка, як показник успішності фіксує результат") [16, с.29]. Показником результативності як мислення виступають повнота і ступінь наближення до заданих нормам. Важливе місце серед показників відповідність поведінки і результатів діяльності членів колективу соціальним очікуванням, які відповідають ідеалам і вищим цінностям того суспільства, заради якого відповідна діяльність здійснюється (Р.С.Немов).

Кульова стрільба, що викладається курсантам є розділом їх професійної підготовки, в якому спортивна стрільба доповнюється завданням вогневої підготовки і вивченням зброї. Особливістю завдання є орієнтація на знищення людини як супротивника з метою захисту країни. Ця оборонна функція обернена до особистісних якостей людини, яка має бути готовою до позбавлення іншої людини життя і, разом з тим, усвідомлювати функцію збройного захисника країни. Таким чином до техніки стрільби приєднується особистісний фактор.

Об'єкт дослідження: процес підготовки особистості майбутнього офіцера в кульовій стрільбі.

Предмет дослідження: вплив візуального мислення на успішність кульової стрільби.

Методи емпіричного дослідження: методика "Потреба у досягненні" Ю.М. Орлова; тест "Діагностика ситуативної й особистісної тривожності" Ч.Д. Спілбергера – Ю.Л. Ханіна; колірний тест М. Люшера; тест "Таблиці Равена", "Тепінг - тест" для визначення сили нервової системи Є. П. Ільїна, спостереження, зокрема, за траєкторією руху прицілювання за допомогою апарата "Скатт" методи анкетування, інтерв'ювання та статистичної обробки одержаних даних; формувальний експеримент в умовах авторської програми тренування.

Як відмічає А.А.Юрьєв [16], "іноді, навіть у добре тренованих стрільків настає період, коли порушується узгодженість між прицілюванням та натисканням на спусковий гачок. У більшості випадків, негативний стан (приклад: достатньо впевнена стійка, проте вказівний палець не натискає на гачок. Пізніше, коли зброя починає відхилятися, стрілок в останні долі секунди розуміє, що вдалий момент для пострілу втрачено, але все одно із запізненням тисне на пусковий гачок). Такий стан виникає внаслідок випадкового успіху стрільця, який він переживає з приводу очікування іншими високих результатів, спортивної невдачі на відповідальних стрільбах. Унаслідок сильного хвилювання, виснаження в результаті постійних тренувань, його, побоювання повторення поганого результату, негативного оцінювання експертами тощо створюється відчуття невпевненості в собі. Унаслідок неконтрольованих думок про аналіз здійснення пострілу зброя коливається, посилюється свідомий контроль за діями при натисканні на пусковий гачок. При цьому порушується обраний раніше автоматизований характер виконання дії, оскільки в уже визначені між певними нервовими центрами умовно-рефлекторні зв'язки влітаються нові вищі центри свідомості [16, с.269-270].

Тому візуалізація процесу прицілювання з допомогою апарата "Скатт" з подальшим доведенням до автоматизму заданої дії знімає зайву напруженість при виході на вогневий рубіж.

Діагностика факторів успішності в кульовій стрільбі показала, що раннє навчання є фактором підвищення успішності кульовій стрільбі в подальшому професійному навчання.

Одним із методів моделювання умов змагальної боротьби у стрільбі через словесно-образні моделі є мисленнєве відтворення окремих рухів. Таке тренування дозволяє спортсмену формувати необхідну установку на заплановану діяльність та переборювати негативні впливи екстремальних

умов. Одним із психолого-педагогічних засобів впливу є тренування, що містить у собі прийоми візуалізації. Оволодіння прийомами мисленнєвої візуалізації дозволяє спортсмену не лише покращити здатність викликати у себе бажані образи, але й дозволяє досягти необхідного результату. Виділяють візуалізацію, що полягає в уявленні спортсменами успішних дій в дрімотному стані. Більш усвідомлена візуалізація дозволяє попередньо програвати тактичні ситуації, а не обмежуватися відчуттями.

Ряд дослідників визначає візуальне мислення, як один зі способів розв'язання інтелектуальних завдань з опорою на внутрішні візуальні образи, продуктом якого є породження нових образів і створення нових візуальних форм, що несуть змістовне навантаження й роблять значення видимим [10]. Взагалі мислення починається з проблемної ситуації, для виходу з якої спортсмен повинен застосувати нові знання та дії. У процесі візуального мислення людина виходить за межі чуттєвого пізнання. Переживання ситуації змагань дуже втомлює психіку, тому важливо навчитися змінювати напрямок думок з негативного на позитивний відтінок або з однієї напруженої ситуації на іншу. Стан емоційного збудження при вдалій стрільбі закріплюється в емоційній пам'яті та сприяє впевненості та рішучій стрільбі в подальшому при поверненні цих спогадів.

Для того, щоб уявні образи майбутнього руху втілювалися гранично ефективно, треба правильно користуватися ними. Причому користуватися абсолютно свідомо, активно, а не просто покладатися на ті процеси, якими природа обдарувала наш організм. Уявлення, як психічний процес, підпорядковується певним законам. Відомо, що чим точніше уявний образ руху, тим точніше виконується рух. Уявні уявлення можуть бути "зоровими". Людина бачить себе як би з боку на екрані телевізора у випадку в роботі з апаратом "Скатт". Імпульси, народжені в головному мозку, мають передатися на м'язи, які повинні виконувати задумане. Якщо уявлення мають суто зоровий характер, то ніяких мікрорухів в м'язах не виникає. Починаючи розучувати новий елемент техніки, треба представляти його виконання в уповільненому індивідуальному темпі і траєкторії рухів, так, як ми це бачимо при демонстрації підготовки пострілу на апараті "Скатт". Уповільнене обмірковування технічного елемента дозволяє точніше уявити всі тонкощі досліджуваного руху і вчасно відсікає можливі помилки. Неправильно думати про кінцевий результат безпосередньо перед виконанням вправи. Коли у свідомості домінує турбота про результат, вона витісняє найголовніше – уявлення про те, як досягти цього результату, ця думка починає заважати точним уявленням про тих технічні елементи, без виконання яких потрапити в "десятку" просто неможливо, для досягнення бажаного результату треба думати не про нього, а спиратися на уявні образи тих дій, які ведуть до цього результату.

Отже, в умінні безпосередньо перед виконанням руху уявити його.

Отже, щоб досягти високої точності руху, треба: створити гранично точний уявний образ даного руху, з початку актуалізувавши його з допомогою аналізу змінювання стрільби в залежності від зміни часових параметрів віртуального пострілу, з подальшим аналізом траєкторії прицілювання, відпрацювати дії пострілу на основі оптимізації траєкторії прицілювання з допомогою апарата "Скатт" і запам'ятати образ дії; перекласти цей образ, зберігаючи його високу точність ідеомоторики, тобто зробити рух таким, щоб слідом за його уявним чином почали функціонувати відповідні м'язові групи; підібрати запрограмоване словесне оформлення опорних елементів і відпрацювати рух до автоматизму. Після того, як ідеомоторні образ руху стане точним і стійким і будуть добре "розім'яті" м'язи, потрібний результат приходить набагато швидше, ніж звичайний метод спроб і помилок.

Порівняльна оцінка рівня успішності курсантів експериментальної й контрольної груп

при застосуванні вогнепальної зброї

Етапи оцінки успішності кульової стрільби	Рівні успішності	Кількість курсантів (%)	
		Експериментальна	Контрольна група

	стрілби	група	
До проведення методики	Високий	32	24
	Середній	44	48
	Низький	24	28
Після проведення методики	Високий	52	20
	Середній	48	34
	Низький	0	40

В експериментальній групі, у порівнянні із курсантами контрольної групи, підвищилися показники успішності у стрільбі (при $p < 0,05$).

Пояснення викладеним результатам полягає в тому, що в експериментальній групі, де застосовувалась розроблена методика, вдалося суттєво зменшити вплив негативних факторів на результативність стрільб. Експериментальна оцінка рівнів успішності у стрільбі підтвердилась у ході аналізу результатів виконання ними навчальних стрільб, тобто була взаємозв'язана з умовами, що детермінували успішність в стрільб. Результати стрільб експериментальної групи до використання методики статистично не відрізняються. Після застосування методики результати стрільб статистично відрізняються – в осіб з експериментальної групи вони покращились.

Таким чином, проведений кількісний й якісний аналіз результатів, отриманих на етапах експерименту, дозволяє стверджувати, що розроблена методика підвищення успішності майбутніх офіцерів завдяки актуалізації візуальних образів мислення у стрільбі є однією з умов у поліпшенні їхньої професійної, психологічної підготовки й ефективним методом удосконалення процесу формування результативності застосування зброї в умовах службової діяльності.

Висновки. 1. Аналіз процесу підготовки курсантів з стрільби з вогнепальної зброї показав, що засоби та методи існуючої психологічної підготовки майбутніх офіцерів не достатньо ефективними і вимагають удосконалення. Відсутність психологічних досліджень з проблеми формування успішності майбутніх офіцерів у віковому та педагогічному аспекті до застосування вогнепальної зброї зменшує ефективність проведення з ними занять з вогневої підготовки.

2. Ефективність розвитку успішності застосування вогнепальної зброї залежить як від інтенсивності прояву мотиваційного, емоційного, інтелектуального компонентів та рівня, особистісної тривожності і сили нервової системи, так й від розвитку емоційно-вольової сфери особистості та актуалізації візуального мислення в процесі доведення стрільби до автоматизму.

Так, курсанти з високим рівнем успішності характеризуються підготовкою до стрільби з дитинства (здебільшого, діти військовослужбовців, працівників силових структур), низьким ступенем особистісної тривожності, високим і частково середнім ступенем активності, працездатності, середньою силою мотивації, високим і частково середнім рівнем інтелектуальних здібностей. Курсанти із середнім рівнем успішності до кульової стрільби характеризуються середнім і частково низьким ступенем емоційного порушення, середнім і низьким ступенем особистісної тривожності, середнім і частково низьким ступенями активності, працездатності, середнім ступенем мотивації, середнім і частково низьким ступенем інтелектуальних здібностей. Курсанти з низьким рівнем успішності до кульової стрільби характеризуються середнім і високим рівнями особистісної тривожності, низьким і частково середнім ступенем активності, працездатності, середнім ступенем інтелектуальних здібностей.

3. Рівень успішності підготовки курсантів до стрільби з вогнепальної зброї можливо підвищити на основі цілеспрямованого впливу системи психолого-педагогічних заходів, в яких домінуючими умовами мають бути: засвоєння прийомів тренувань на основі актуалізації необхідності візуалізації траєкторії прицілювання та створення образу оптимальної дії з допомогою тренувального апарата "Скатт", засвоєння методів самоконтролю, саморегуляції в умовах спеціально створеної програми навчання з урахуванням психологічних чинників успішності стрільби.

4. При проведенні занять з вогневої підготовки основну увагу слід зосередити не стільки на результатах стрільби, скільки на вдосконаленні прицілювання на основі переносу усвідомленої візуалізованої індивідуальної траєкторії прицілювання при подальшому скороченні часу на виконання завдання до рівня автоматизму. У зв'язку з цим, зрозуміло, що підвищення ефективності навчань з вогневої підготовки можливе при засвоєнні керівниками стрільб даної психологічної складової методики підготовки курсантів.

5. Розроблена та експериментально апробована методика щодо формування і вдосконалення успішності підготовки курсантів як майбутніх офіцерів до застосування табельної вогнепальної зброї, містить психолого-педагогічні рекомендації та заходи, спрямовані на актуалізацію візуального мислення, підвищення психічної саморегуляції і дозволяють виробити оптимальну стратегію застосування вогнепальної зброї в умовах навчально-професійної військової діяльності.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Ананьев Б. Г.* О проблемах современного человекознания / Б.Г. Ананьев. – М. : Наука, 1977. – 380 с.
2. *Вайнштейн Л.М.* Психология в пулевой стрельбе / Вайнштейн Л.М. – М.: ФмС, 1986. – 94 с.
3. Краткий психологический словарь / [Под ред. А.В.Петровского и М.Г. Ярошевского]. – М.: Изд-во политлитературы, 1985. – 432 с.
4. *Кудріна Т.С.* Психологія мотивації: теорія та експеримент: навчальний посібник / Т.С. Кудріна. – К.: Геопринт, 2006. – 214 с.
5. *Основы психофизиологии экстремальной деятельности* / [под ред. доктора пед. наук, проф. А.Н. Блеера]. – М.: Анита Пресс, 2006. – 380 с.
6. *Плохих В.* Психология временной регуляции деятельности человека / В. Плохих. – Донецк: Ландон-21, 2011. – 296 с.
7. Положення про організацію психолого-педагогічного забезпечення підготовки військових фахівців (затв. Наказом Міністра оборони України від 30 березня 2001 р. № 105.). – К., 2001. – 6 с.
8. *Психология: Учебник для техникумов физкультуры* / [Ред. А.Ц. Пуни]. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 255 с.
9. *Пятко В.Т.* Теорія і методика стрілецького спорту / В.Т. Пятко. – М., 1990. – 288 с.
10. *Пятков-Мельник В.Т.* Стрілецько-спортивна наука України / В.Т. Пятков-Мельник // Спортивна наука України: науковий вісник ЛДІФК – Електронне наук. фахове видання. – Львів, ЛДІФК, 2006. – 371с.
11. *Симоненко С.М.* Психологія візуального мислення: стратегіально-семантичний підхід / С.М. Симоненко. – ПНЦ АПН України, 2005. – 320 с.

12. *Чміль М.О.* Формування психологічної готовності працівників органів внутрішніх справ до застосування табельної вогнепальної зброї: Автореф. канд. дис. психол. наук, 19.00.06. – юридична психологія / М.О. Чміль. – Харків: Харківський національний університет внутрішніх справ, 2007. – 21 с.

13. *Чміль М. О., Черкашин А. І.* Про необхідність вдосконалення психологічної готовності працівників ОВС до застосування вогнепальної зброї / М. О. Чміль, А. І. Черкашин // Нормативно-правове забезпечення проходження служби в ОВС України: Тези. допов. науков.-практ. конф. – Харків, 2004. – С. 99-101.

14. *Чміль М. О., Власенко І. В.* Структура навчального процесу з питань забезпечення особистої безпеки працівників ОВС / М. О. Чміль, І. В. Власенко // Університет цивільного захисту. – Харків, 2007. – Вип. 1. – С. 18-26.

15. *Шилин Ю.Н.* Проблемы психорегуляции для повышения психостойчивости стрелков из лука / Ю.Н. Шилин, Н.А. Худадов, С.А. Женин // Теория и практика физической культуры. – М.: Фис, 1986. – 144 с.

16. *Юрьев А.А.* Пулевая спортивная стрельба / А.А. Юрьев. – [3-е изд.]. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 427 с.

17. *Якунин В.А.* Педагогическая психология : учеб. пособие / В. А. Якунин. – [2. изд.]. – СПб. : Михайлов, 2000. – 348 с.

Подано до редакції 28.09.2011
