

ПОЛОВЫЕ РАЗЛИЧИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ВИДАХ СПОРТА, СВЯЗАННЫХ С ПРОЯВЛЕНИЕМ ЦЕЛЕВОЙ МЕТКОСТИ.

Корольков А.Н.

Классификация координационных способностей (КС) человека может быть проведена по большому числу оснований. Профессор В.И. Лях [5] в спортивной деятельности разделяет координационные способности на специальные (по характеру двигательной активности) и на специфические (по психофизиологическим реакциям). К специфическим КС обычно относят способности к точности воспроизведения движений в пространстве и времени по кинетическим и кинематическим параметрам; способности к равновесию, ритму и реагированию; способности к перестроению движений; вестибулярную устойчивость; согласованность совершения двигательных действий и т.д. [5]. Количественную оценку КС на практике осуществляют в результате тестирования: по результатам экспериментальных определений реакций на стандартные стимулы.

Определению координационных способностей по результатам различных тестов посвящено множество работ и публикаций. Целью этих исследований являются изменения координационных способностей в зависимости от возраста испытуемых, их развитие с помощью различных методик, сопоставление КС между собой в зависимости от объема, интенсивности и направленности тренировочных нагрузок. Отдельным направлением исследований КС является сопоставление координационных способностей мужчин и женщин (табл.1.).

Различия в проявлении КС мужчин и женщин в спортивной деятельности.

Таблица 1.

№№	Тест координационной способности	Преимущество	Возраст	Автор
1.	Согласованность движений рук, точность воспроизведения и дифференцирования пространственных параметров движений, точность удержания равновесия	женщины	До 30-ти	Е. Садовски [9]
	Реагирование, перестроение и	мужчины		