

Секция «28.24 Современные проблемы психологии (подсекция для школьников)»

## **Развитие когнитивных способностей через автоспорт**

**Научный руководитель – Виноградова Анастасия Павловна**

*Крутихин Сергей Станиславович*

*E-mail: anastasiya.vinogradova@primakov.school*

Актуальность: В образовательной среде современные школьники сталкиваются с большим объёмом информации, в которой особенно важны развитая память, устойчивое внимание и высокая скорость реакции. Эти когнитивные способности позволяют эффективнее решать сложные учебные задачи.

Занятия автоспортом создают уникальные условия для их целенаправленного развития: спортсмену необходимо быстро оценивать ситуацию на трассе, запоминать оптимальные траектории и моментально реагировать на действия соперников.

Цель исследования: исследовать, как занятия автоспортом влияют на развитие памяти, внимания и скорости реакции у подростков.

Задачи исследования:

- рассмотреть теоретические основы развития когнитивных навыков;
- проанализировать специфику картинга как вида автоспорта и выявить, какие его составляющие требуют активной работы когнитивных функций;
- организовать и провести психологическое тестирование картингистов и подростков, не занимающихся картингом, для определения взаимосвязи между развитием когнитивных способностей и занятиями автоспортом;
- проанализировать результаты и сделать выводы о том, какие аспекты картинга наиболее эффективно влияют на когнитивные способности.

Методы:

- теоретический анализ литературы по когнитивной психологии, психодиагностике, автоспорту;
- методики, направленные на исследование внимания (таблицы Шульте), скорости реакции (тест А.В. Самсоновой), памяти (тест «Память на числа» А.А. Карелина);
- сравнительный анализ полученных результатов;
- обобщение и систематизация результатов.

### **Практическая часть: исследование скорости реакции**

Было проведено тестирование при помощи планшетов среди 21 обычных подростков и 24 спортсменов- картингистов.

Тест А.В. Самсоновой направлен на изучение скорости реакции у двух групп подростков. Участникам было необходимо как можно быстрее нажать клавишу при изменении цвета объекта.

Результат: картингисты быстрее (на 0,13 доли сек.) реагируют на появление необходимого сигнала.

### **Основная часть учебного исследования**

Практическая часть: исследование скорости реакции

Было проведено тестирование при помощи планшетов среди 21 обычных подростков и 24 спортсменов- картингистов.

Тест А.В. Самсоновой направлен на изучение скорости реакции у двух групп подростков. Участникам было необходимо как можно быстрее нажать клавишу при изменении цвета объекта.

Результат: картингисты быстрее (на 0,13 доли сек.) реагируют на появление необходимого сигнала.

Было проведено тестирование при помощи планшетов среди 21 обычного подростка и 24 спортсменов - картингистов.

Тест «Память на числа» А.А. Карелина направлен на исследование кратковременной памяти. Участникам было необходимо запомнить 12 чисел за 20 секунд в определенной последовательности.

Результат: картингисты лучше (на 4 числа) воспроизводят числа в правильной последовательности.

#### **Практическая часть: исследование внимания**

Была использована усложненная методика «таблицы Шульте» (с перемешиванием чисел) при помощи планшетов среди 21 обычного подростка и 24 спортсменов - картингистов.

Методика направлена на изучение переключения и концентрации внимания.

Результат: картингисты быстрее (на 28 сек.) переключаются с одного объекта на другой, быстрее концентрируются.

#### **Представление результатов исследования**

В ходе исследования удалось выявить, что занятия картингом положительно влияют на развитие отдельных когнитивных способностей.

Сравнительный анализ результатов и теоретический анализ позволил определить, что такие элементы картинга как: работа с траекторией, динамическая оценка ситуации или управление в нестандартных условиях — оказывают наибольшее влияние на когнитивные способности.

Итогом работы стало подтверждение того, что картинг выступает эффективным средством тренировки когнитивных способностей.

### **Источники и литература**

- 1) В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская Общая психология. – Юрайт 2025 г. – 515 с.
- 2) Д.М. Рамендик, М.Г. Рамендик Психодиагностика, Практический курс. - Юрайт 2025 г. – 140 с.
- 3) С. Роберт, М. Отто, М. Кимберли Когнитивная психология. – Питер 2024 г. – 640 с.
- 4) С.В. Котоковская Психология стресса. Учебное пособие – МГГЭУ 2018 г. – 80 с.
- 5) М.В. Богданов, В.И. Романенко Актуальные проблемы профессионального отбора в автомобильный спорт//Журнал Вестник Балтийской Педагогической Академии – 2008 г. – Выпуск № 82. – С. 28-32.
- 6) Н.С. Ненашев, Е.Д. Минибаева Физическая и психологическая подготовка спортсменов для участия в автоспорте//Журнал Научный лидер– 2025 г. – Выпуск № 21
- 7) . Э.Г. Сингуринди Автомобильный спорт. Часть 1. – ДОСААФ СССР 1982 г. – 285 с.
- 8) С.Е. Бебинов, В.А. Сальников Особенности взаимосвязей водительских навыков с сенсомоторными показателями зрительного анализатора у слушателей учебного центра в процессе профессионального обучения//Журнал Экспериментальная психология – 2021 г. – Выпуск № 2. – С. 170-182.
- 9) А.Р. Бимеева, Особенности развития российского автоспорта//Научная статья Вестник НИИ гуманитарных наук – 2023 г. – Выпуск № 15., - С.139–153.