

УДК 378.174

А. В. Сазонова, канд. пед. наук; В. И. Врублевская, ст. преп.
(БГПУ им. М. Танка, г. Минск);
Д. А. Остапук, ст. преп. (БГЭУ, г. Минск)

ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ НА ЗАНЯТИЯХ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Занятия настольным теннисом в системе высшего образования с одной стороны реализуют способности и удовлетворяют интересы студентов, в то же время они должны быть организованы таким образом, чтобы развивались двигательные качества, повышалась работоспособность, улучшалось физическое и психическое состояние занимающихся, воспитывались морально-волевые качества.

Для решения задач физического воспитания посредством игры в настольный теннис необходимо эффективное управление учебно-тренировочного процесса, составной и неотъемлемой частью которого является педагогический контроль, как наиболее приемлемый, распространенный, доступный и информативный вид оценки и коррекции всех сторон подготовки студентов.

Контроль состоит из определения, анализа и оценки уровня подготовленности занимающихся. В системе физического воспитания и спортивной тренировки говорят о комплексном контроле как системе мероприятий физиологического, педагогического, психологического контроля, причем обязательным и ведущим звеном является именно педагогический контроль, так как результаты других видов контроля требуют педагогической оценки и подчинены решению задач педагогического процесса. Педагогический контроль в настольном теннисе является неотъемлемой частью процесса обучения и совершенствования. Он позволяет педагогу оценивать уровень подготовленности занимающегося, выявлять проблемные моменты и корректировать работу по улучшению техники игры и физической подготовки.

Для проведения педагогического контроля в теннисе существует множество методов, которые должны выбираться с учетом индивидуальных особенностей каждого спортсмена. Одной из особенностей педагогического контроля в теннисе является необходимость учета индивидуальных особенностей каждого студента при выборе методов контроля и оценки результатов (возраст, уровень подготовленности, физическое состояние и многие другие факторы). В качестве критериев оценки технической подготовленности выделяют стабильность, результативность, экономичность, вариативность двигательных дей-

ствий. В настольном теннисе используют следующие методы педагогического контроля. Тестирование позволяет оценить уровень подготовленности занимающегося по определенным критериям; может использоваться в любом из видов подготовки. Тестирование может проводиться как на тренировках, так и на соревнованиях.

Для оценки технической подготовленности теннисиста используются различные тесты.

1. Тестирование точности попаданий для оценки успешности освоения техники определенного двигательного действия. Занимающемуся предлагается выполнить определенное количество ударов в заданные точки стола, и оценивается, насколько точно он выполняет задание.

2. Тестирование скорости сложной двигательной реакции – занимающемуся предлагается реагировать на мячи, летящие в разные точки игровой поверхности стола, и оценивается, насколько быстро он реагирует на изменения ситуации.

3. Тестирование скорости передвижений. Игрок должен выполнить передвижения в игровой площадке определенным способом (одношажным, двушажным приставным, прыжками, комбинированным) за минимальное время, и оценивается, насколько быстро он может передвигаться. Для определения скорости передвижений в теннисе можно использовать специальные приборы для измерения скорости. GPS трекеры позволяют определить скорость передвижений игроков, а, различные мобильные приложения, например OSAI измерить скорость и направления полета мяча, зону попаданий на столе.

Также можно использовать видеоанализ для определения скорости передвижений. Для этого нужно записать игру теннисиста на видео и проанализировать его движения с помощью специальных программ. В результате анализа можно получить информацию о скорости передвижений теннисиста на площадке.

4. Тестирование силы удара. Контрольное упражнение состоит в определении силы удара по мячу по дальности полета мяча при максимально сильном ударе.

5. Тестирование координационных способностей. Помимо определения умения варьировать усилия в пространстве и времени (по точности попаданий в обозначенное место стола), предлагаются тестовые задания, требующие проявления динамического равновесия, способности удерживать равновесие, способности быстро перестраивать движения в соответствии с меняющимися игровыми условиями.

Видеоанализ является эффективным методом контроля техники игры. Не всегда занимающийся осознает свои ошибки в выполнении

технических элементов. Видеозапись, просмотр, анализ позволяют оценить выполнение и исправить ошибки. С ростом технического мастерства видеоанализ используется в основном для оценки тактики игры соперника, анализа своего тактического рисунка игры, для коррекции ошибок и подготовки к соревновательным матчам. Тренер записывает игру спортсмена и анализирует его удары, выявляя ошибки и проблемные моменты.

Наблюдение (или *педагогическое наблюдение*) является одним из самых простых, распространенных и обязательных методов контроля в теннисе. Тренер наблюдает за психологическим настроением занимающегося, за качеством выполнения разминки, за техникой игры занимающегося во время учебно-тренировочного процесса и во время соревнований, за выполнением упражнений физической подготовки, за физическим состоянием занимающегося, его реакцией на нагрузку, взаимодействием с другими игроками, за особенностями темперамента и поведенческими реакциями. Педагогические наблюдения неотъемлемая часть педагогического контроля, позволяющие выявлять проблемные моменты и давать рекомендации по их исправлению.

Анкетирование. Немаловажным для успешных занятий является заинтересованность студентов в достижении результатов, их мотивация к занятиям. Проанализировать степень удовлетворенности занятиями, насколько содержание проведения занятий отвечает интересам занимающихся, позволяет опрос студентов. Одна из наиболее распространенных форм опроса – *анкетирование*, в настоящее время является быстрым, простым и доступным способом получения информации, позволяющим проводить достаточно часто оценку и срочный анализ результатов анкетирования студентов благодаря использованию *гугл формы*.

Анкетирование позволяет оценить мотивацию спортсмена и его отношение к тренировкам и соревнованиям. Тренер может задавать вопросы о целях спортсмена, его уровне удовлетворенности тренировками. Одной из форм анализа и развернутого детального опроса является ведение дневника занимающимся, где проводится разбор и оценка тренировочной и соревновательной деятельности. Для оценки соревновательной деятельности занимающихся используются следующие показатели: соревновательная нагрузка и динамика спортивных результатов.

Анализ соревновательных действий осуществляется по основным параметрам, влияющим на спортивный результат. Как правило наиболее распространены эффективность, стабильность (или надежность) технических действий. Выявленная эффективность технико-

тактических действий позволяет скорректировать процесс подготовки, уделив внимание тем ударам, которые выполнялись с меньшей эффективностью. Объем, разносторонность, надежность и результативность технико-тактических действий игрока, которые определяют его эффективность. Анализ количественных и качественных характеристик соревновательной деятельности в настольном теннисе позволяет скорректировать и определить нормы тренировочных нагрузок и оценить уровень подготовленности теннисиста, а также реализации его технико-тактического потенциала в данной встрече с данным противником. При этом большой процент ошибок свидетельствует о слабой технико-тактической подготовленности занимающегося.

Организация контроля соревновательной деятельности неоднозначна, и строится в зависимости от задач этапа подготовки и уровня мастерства спортсмена. Педагогический контроль в теннисе является важной частью процесса обучения и тренировок. Он позволяет тренеру оценивать уровень подготовки спортсмена, выявлять проблемные моменты и корректировать работу по улучшению техники игры и физической подготовки. Для проведения педагогического контроля в теннисе существует множество методов, которые должны выбираться с учетом индивидуальных особенностей каждого спортсмена

Существует несколько компьютерных программ, которые могут использоваться для определения скорости передвижений теннисиста на основе видеоанализа. Dartfish: это программное обеспечение для видеоанализа, которое может использоваться для измерения скорости передвижения теннисиста. Она позволяет создавать множество различных метрик и графиков, в том числе определять скорость передвижения. Kinovea: это программа для видеоанализа, которая также может использоваться для измерения скорости передвижения теннисиста, анализа и оценки выполняемых движений. Она позволяет производить анализ в режиме реального времени и создавать множество различных графиков и диаграмм.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сазонова, А.В. Настольный теннис и методика обучения // Физическая культура и здоровье: подвижные и спортивные игры: пособие для учителей учреждений общего среднего образования / А.Г. Фурманов [и др.]; под общ. ред. М.Е. Кобринского, А.Г. Фурманова. – Мн.: Аверсэв, 2016. – С. 408-471.

2. Серова, Л.К. Управление подготовкой спортсмена в настольном теннисе. М.: Спорт, 2016. – 96 с.