

Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: Матеріали XIII Міжнародної науково-методичної конференції. За заг. ред. І.І Вржесневського, В. П. Семененко. – К.: НАУ, 2018. – С.98-100.

Скидан І. В., Свірська Т. Ф., Гейченко С. П. (Україна)

ВИДЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ ЗА ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ВОЛЕЙБОЛОМ

Функция контроля охватывает процесс, направленный на обеспечение совпадения отдельных событий (показателей) с плановыми заданиями, то есть координация действий всех элементов данной системы по достижению цели.

В процессе управления подготовкой волейболистов контроль рассматривается в трех аспектах: первый – как элемент общего руководства процессом; второй – как набор специальных мер контрольной службы; третий – как обеспечение обратной связи с целью наблюдения за состоянием системы тренировки. Контроль должен быть полезен тем, для кого он предназначен; быть тесно связан с организацией процесса, уметь предвидеть отклонения; указывать характер корректирующих действий; быть гибким. Выходные данные должны быть лаконичны и понятны.

Система контроля служит для получения информации о текущем состоянии процесса подготовки волейболистов, всех его составных частей, а от информационного обеспечения зависит эффективность управления. Основные виды контроля – этапный, текущий, оперативный. Основные формы контроля – педагогический, медико-биологический и психологический.

В ходе педагогического контроля получают информацию, на основании которой оценивается эффективность системы педагогических воздействий. В его задачи входит осуществление тренировочных планов и их корректировка, оценка эффективности применяемых средств и методов, тренировочных заданий, тренировочных занятий, микроциклов, средних циклов и т. д.; выбор показателей и обоснование контрольных нормативов для оценки подготовленности волейболистов по основным параметрам; выявление динамики спортивных достижений (показатели соревновательной деятельности); выявление и отбор перспективных волейболистов.

В процессе контроля соревновательной и тренировочной деятельности применяются следующие методы:

- видеозапись, стенографирование, хронометрирование волейбольной встречи (действия обеих команд) с последующим анализом соответствующей информации;
- наблюдение за технико-тактическими действиями волейболистов (кодированная запись, видеозапись) в процессе соревнований и тренировки, сравнительный количественно-качественный анализ;
- киносъемка для биомеханического анализа техники, оценки тактики;
- хронометраж тренировочных занятий;
- тестирование технической подготовленности (основные приемы игры, сочетание приемов игры);
- тестирование тактической подготовленности (индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите);
- тестирование физической подготовленности;
- тестирование интегральной подготовленности (в единстве технико-физическая, тактико-техническая);
- экспертные оценки;
- анализ и синтез.

Медико-биологический контроль служит для получения информации о состоянии здоровья, физическом развитии, функциональных возможностях и индивидуальных особенностях каждого волейболиста и выработки предложений для более успешного решения задач подготовки волейболистов.

В процессе медико-биологического контроля применяются следующие методы: анатомо-морфологическое обследование; пульсо-метрия; измерение артериального давления; электрокардиография; определение физической работоспособности (по тесту PWC170, тестирующие упражнения и др.); точность воспроизведения мышечных усилий; тремография; теппинг-тест; время реакции на световой раздражитель: простой, сложной, на движущийся объект; оценка коротких интервалов времени; определение пропускной способности зрительно-моторной системы; биохимические методы (определение в крови мочевины, лактата, глюкозы, гемоглобина, в моче белка и др.).

В процессе психологического контроля применяются следующие методы: мотивации спортивных достижений (МСД); личностные методики (карты личности К. К. Платонова, опросники Кэттела, Айзенка, Спилберга); социометрия, выявление социально-психологического климата (СПК); моделирование взаимосвязанной групповой деятельности (гомеостатическая методика).

Таким образом, комплексный контроль должен обеспечивать получение информации, охватывающей следующие основные звенья: тренировочная деятельность – соревновательная деятельность – спортивные достижения (результат), как применительно к каждому звену в отдельности, так и в их взаимосвязи, в интегративном выражении. При этом информация должна давать возможность оценивать параметры, как в данный момент, так и обладать прогностической значимостью на тот или иной промежуток времени.