

данный проект наиболее эффективным среди других проектов, реализуемых всероссийскими федерациями по видам спорта, и имеющим самые благоприятные перспективы на предстоящие годы. В концепции развития мини-футбола(футзала) в РФ на период до 2030г., разработанной АМФР, предусмотрено дальнейшее совершенствование данного проекта как важнейшего раздела деятельности этой общероссийской физкультурно-спортивной организации.

Контактная информация: aleksa.v19@gmail.com

Статья поступила в редакцию 20.03.2023

УДК 796.011.3

САМОРЕГУЛЯЦИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ СТУДЕНТОВ

Рустам Рашитович Алиходжин, кандидат педагогических наук, доцент, Российский университет транспорта РУТ (МИИТ), Москва

Аннотация

Вопрос саморегуляции двигательной активности студентов-транспортников, от которых в незначительной степени зависит качество их профессионально-прикладной подготовки, исключительно своевременно для специального рассмотрения. В результате теоретического исследования раскрыто содержание понятия «саморегуляция». Выделены основные элементы системы саморегуляции и на основе этого разработана модель обучения двигательным действиям занимающихся, которая призвана способствовать успешному формированию двигательных навыков у студентов на занятиях по физической культуре в высших образовательных учреждениях.

Ключевые слова: физическое воспитание, саморегуляция, двигательные действия, формирование двигательных навыков, студенты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p17-20

SELF-REGULATION IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF TEACHING STUDENTS MOTOR ACTIONS

Rustam Rashitovich Alikhodzhin, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Russian University of transport RUT (MIIT), Moscow.

Abstract

The issue of self-regulation of motor activity of transport students, on which the quality of their professional and applied training largely depends, is extremely timely for special consideration. As a result of theoretical research, the content of the concept of "self-regulation" is revealed. The main elements of the self-regulation system are highlighted and based on this, a model of teaching motor actions of students is developed, which is designed to contribute to the effective formation of motor skills among students in physical education classes in higher educational institutions.

Keywords: physical education, self-regulation, motor actions, formation of motor skills, students.

ВВЕДЕНИЕ

Обучение двигательным действиям как важнейший элемент физического воспитания, обеспечивает комплексное овладение занимающимися рациональных способов управления своими движениями.

Вопросы саморегуляции двигательной деятельности являются одной из актуальных проблем отечественной педагогики и психологии, которые придают большое значение особенностям естественного развития молодого поколения. От уровня совершенства процессов саморегуляции зависит успешность, устойчивость, эффективность, завершающий итог двигательной, и как результат прикладной, трудовой деятельности обучаемого.

Определение способов и разработка условий, способствующих успешному формированию у студентов прикладных двигательных знаний, умений, навыков, а также соответствующих педагогических воздействий на процесс обучения студентов представляет несомненный интерес для повышения качества управления процессом физического воспитания.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Саморегуляция поведения человека в различных условиях, уровни сформированности системы саморегуляции его произвольной активности [5] в той или иной деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной, физкультурно-оздоровительной имеет большое значение для самого человека [3], его реализации в образовательном и профессиональном пространстве.

Деятельность человека всегда носит целенаправленный характер, а имеющаяся в ней функция саморегуляции позволяет реализовать направленное действие, то есть соответствие движений и действий обучаемого условиям двигательной деятельности возможна только в том случае, если последние так или иначе отражаются занимающимся.

Идея регулирующей роли отражения действительности в науке впервые была высказана И.М. Сеченовым, который отмечал, что ощущения и восприятия являются не только пусковыми сигналами, но и своеобразными «образцами», в соответствии с которыми производится регулирование движений.

Изучением саморегуляции посвятили многие представители научного сообщества. В педагогическом аспекте данный вопрос рассматривали Гребенюк О.С., Гребенюк Т.Б., Локша О.М., Мильман В.Э., Осницкий А.К., в то время как психологические аспекты были подняты в работах Моросановой В.И., Мандриковой Е.Ю., Конопкина О.А., Ярушкина Н.Н. и других. Рассмотрение различных исследований позволило нам определить саморегуляцию как умение обучаемого правильно планировать свою деятельность, осознать и оценить свое эмоциональное состояние и технику выполнения двигательных действий; способность быстро перестроить свое состояние в ходе решения педагогических задач и внести коррективы в технику выполнения движений.

Двигательные действия определяют состояние студента по отношению к изучаемому действию, так и программу действий, которые должны быть приведены в соответствии друг к другу. Такое результативное управление процессом обучения двигательных действий требует определенной системы саморегуляции, обеспечивающего непрерывное поступление информации как к преподавателю, так и студентам, о ходе и результатах обучения; коррекции процесса обучения на основе поступающей информации [1, 2].

Система саморегуляции, при всем многообразии проявлений, включает следующие функциональные элементы [4]: 1) принятая субъектом цель его произвольной активности; 2) модель значимых условий деятельности; 3) программа собственно исполнительских действий; 4) система критериев успешности деятельности; 5) информация о реально достигнутых результатах; 6) оценка соответствия реальных результатов критериям успеха; 7) решения о необходимости и характере коррекций деятельности.

В связи с полученными вышеизложенными результатами, автором предлагается модель обучения двигательным действиям (рисунок) обучаемых с использованием элементов саморегуляции.

Выбор конкретной двигательной программы зависит от наиболее значимой сенсорной информации и чаще всего состоит в предпочтении наиболее эффективных действий.

Необходимо отметить, что последующая реализация исполнительской части действий требует постоянной регуляции всевозможных неточностей и отклонений как отдельных движений, так и их сочетаний.

Учитывая, что принятая обучающимся цель однозначно не определяет условий, необходимых для построения программы исполнительских действий, при сходных моделях

значимых условий деятельности возможны различные способы достижения результата.



Рисунок – Схема модели обучения двигательным действиям с использованием элементов саморегуляции

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенные исследования показали, что регуляция собственной активности оказывает существенное влияние на достаточную оптимальную ее исполнительность, так как позволяет обучаемому надежно планировать свою деятельность, осознать и оценить свое внутреннее состояние и технику выполнения двигательных действий что, в целом, может полноценно способствовать проявлению психофизического ресурса, тем самым существенно повысит педагогическую результативность учебно-тренировочных занятий в высших образовательных учреждениях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алиходжин Р.Р. Технология педагогических воздействий на двигательные действия студентов транспортных вузов / Р.Р. Алиходжин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 27–29.
2. Самоконтроль в педагогической системе обучения двигательным действиям студентов транспортной отрасли / Р.Р. Алиходжин, А.А. Карпинский, Г.А. Смирнова, А.М. Ершов, Н.И. Карпинская // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 9–12.
3. Карпов В.Ю. Воспитание межличностного общения и профессионального взаимодействия студентов средствами физической культуры и спорта / В.Ю. Карпов, Е.А. Белоцерковец // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2009. – № 1. – С. 46–50.
4. Конопкин О.А. Участие эмоций в сознательной регуляции целенаправленной активности человека / О.А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 38–43.
5. Черкашина О.А. Формирование механизмов саморегуляции студентов в процессе учебной деятельности / О.А. Черкашина // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2010. – № 3 (79). – С. 181–185.

REFERENCES

1. Alikhodzhin, R.R. (2018), "Technology pedagogical influences on motor actions of students' transport universities", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No 9 (163), pp. 27–29.
2. Alikhodzhin, R.R., A.A., Karpinsky, G.A., Smirnova, A.M., Ershov and N.I., Karpinskaya (2020), "Self-control in the pedagogical system of teaching motor actions of students of the transport

industry”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No 1 (179), pp. 9–12.

3. Карпов, V.Yu. and E.A. Belotserkovets (2009), “Education of interpersonal communication and professional interaction of students by means of physical culture and sports”, *Physical culture, sport – science and practice*, No. 1, pp. 46–50.

4. Konopkin, O.A. (2006), “Participation of emotions in conscious regulation of purposeful human activity”, *Questions of psychology*, No 3, pp. 38–43.

5. Cherkashina, O.A. (2010), “Formation of mechanisms of self-regulation of students in the process of educational activity”, *Scientific notes of the Russian State Social University*, No 3 (79), pp. 181–185.

Контактная информация: gustam_alih@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.03.2023

УДК 796.342

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕННИСИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА

Моханед Аль Халили, кандидат педагогических наук, доцент, Мария Евгеньевна Степанова, кандидат педагогических наук., старший преподаватель, София Моханедовна Аль Халили, студент, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», г. Москва

Аннотация

Актуальность работы заключается в исследовании одной из важнейших подготовок в теннисе – технико-тактической подготовки. Особенно актуально рассмотреть ее на примере теннисистов, занимающихся на тренировочном этапе. Целью исследования – проведение тестирования и выявление динамики прироста показателей уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, занимающихся в группах тренировочного этапа. В статье рассматриваются особенности динамики прироста показателей уровня технико-тактической подготовки теннисистов находящихся на тренировочном этапе. Контроль технико-тактической подготовки спортсменов проводился в целях объективной количественной оценки игровых комбинаций. С помощью полученных результатов были определены показатели уровня развития технико-тактической подготовленности испытуемых. В исследование входили 9 тестов, количество испытуемых составляло 16 теннисистов.

Ключевые слова: динамика, показатель, технико-тактическая подготовка, теннисисты, тренировочный этап.

DOI: [10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p20-24](https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p20-24)

DYNAMICS OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF TENNIS PLAYERS OF THE TRAINING STAGE

Mohaned Al Khalili, the candidate of pedagogical sciences, docent, Maria Evgenyevna Stepanova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Sofia Mohanedovna Al Khalili, the student, Russian University of Sport “SCOLIPE”, Moscow

Abstract

The relevance of the work lies in the study of one of the most important preparations in tennis - technical and tactical training. It is especially important to consider it on the example of tennis players involved in the training stage. The purpose of the study is to conduct testing and identify the dynamics of the increase in the indicators of the level of technical and tactical readiness of athletes involved in the groups of the training stage. The article considers the peculiarities of the dynamics of the growth of indicators of the level of technical and tactical training of tennis players at the training stage. Control of technical and tactical training of athletes was carried out in order to objectively quantify game combinations. Using the obtained results, indicators of the level of development of the technical and tactical readiness of the subjects were determined. The study included 9 tests, the number of subjects was 16 tennis players.

Keywords: dynamics, indicator, technical and tactical training, tennis players, training stage.

ВВЕДЕНИЕ

Процесс подготовки спортсменов достаточно многогранен, в его структуру входят различные методы и средства планирования и контроля. Многие специалисты, ученые и