***Представление педагогического опыта тренера-преподавателя***

***по настольному теннису МУДО «СДЮСШ № 4» г.о. Саранск***

***КУЛАГИНА ДМИТРИЯ ЮРЬЕВИЧА***

Тема: **«МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ПЕРЕМЕЩЕНИЯ ТЕННИСИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ»**

1. **Актуальность и перспективность опыта**

Субъективность суждений о простоте такой игры как настольный теннис приводит к различного рода противоречиям, как в вопросах описания исходного положения тела спортсмена при приеме мяча, так и в вопросах методики обучения. При этом возникает необходимость поиска новых подходов и решений, способных качественно обновить сложившиеся представления о средствах и методах обучения начинающих теннисистов. В связи с этим особую актуальность приобретает научно обоснованная методика технической подготовки и отдельных технических элементов, в частности, техника перемещения спортсмена у стола в настольном теннисе, главной задачей которой является надёжное овладение основами спортивной техники.

Первый этап работы над исследованием - это всегда теоретическое обозрение стоящей перед исследователем проблемы. В нашем случае проблемой исследования стала методика обучения технике перемещения у стола теннисистов, занимающихся по программе дополнительного образования «Настольный теннис».

1. **Ведущая педагогическая идея**

Ведущей педагогической идей опыта является, выявить особенности развития скоростно-силовых способностей передвижения у юных теннисистов, как одно из условий достижения высоких спортивных результатов.

Спортивные занятия с юными спортсменами строятся в соответ­ствии с общими закономерностями построения занятий по физи­ческому воспитанию. Их эффективность в значительной степени зависит от рациональной организации, обеспечивающей должную плотность занятий, выбора оптимальной дозировки нагрузки, тщательного учета индивидуальных особенностей занимающихся. Соблюдение постепенности в процессе роста тренировочных нагрузок способствует повышению функциональных возможностей и совершенствованию приспособляемости организма спортсмена к выполнению физических упраж­нений различной продолжительности.

1. **Теоретическая база опыта**

Теоретической базой опыта является совершенствование специальных физических качеств: скорости, гибкости, выносливости, координации движений, особенно равновесие, так как большая часть передвижений в настольном теннисе выполняется стремительно, динамично и требует больших затрат сил. Форма организации детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально-игровая, в парах. Проведение занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

 Основной показатель работы тренера-преподавателя выполнение программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженные в показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности.

Теоретическое обоснование представленного опыта можно найти в трудах Г. В. Барчуковой, использую работы Амелина А. Н., Худец Р.

1. **Технология**

Основной задачей учебной деятельности является:

Комплексная реализация базовых компонентов рабочей программы. Решение основных задач физического воспитания на каждом этапе обучения.

Планируя учебный материал, руководствуюсь следующим:

 - учебный материал, прежде всего, должен соответствовать требованиям стандарта и ориентирован на конечный результат;

-  в основу положен базовый уровень содержания образования, но в тоже время   каждому ученику предоставляется возможность выбора содержания деятельности на уроке, исходя из уровня физической подготовленности его двигательных способностей и состояния здоровья. Прежде всего я применяю дифференцированный и индивидуальный подход. Задания подбираю в соответствии с уровнем физической подготовки учеников, оценка ставиться с учетом его роста относительно себя. Занимающихся в зависимости от наполняемости, делю на группы 3-5 человек, которые объединяются по уровню физической подготовленности. Данная система характеризуется дружескими взаимоотношениями, ответственным отношением к страховке или помощи товарищу во время выполнения им упражнений, умение уступить товарищу в работе с мячом, если их недостаточное количество.

На этапе начальной подготовки:

-  применение простейших упражнений по освоению элементов техники.

- определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений.

- овладение простейшими приемами у тренировочной стенки, на столе, при занятиях с тренером или спарринг – партнером.

- применение простейших игр в группе на столе.

На учебно-тренировочном этапе:

- занятия с применением большого количества мячей (БКМ)

- проведение рейтинговых турниров совместно с игроками других групп и школ, а также взрослых участников.

- просмотр соревнований квалифицированных спортсменов, учебных видеозаписей.

- домашние задания и их выполнения.

1. **Анализ результативности**

Анализируя результаты своего опыта, я отмечаю, что применение различных форм и методов работы, способствующих формированию техники перемещения теннисистов позволило:

 - повысить динамику роста физической подготовленности учащихся;

 - повысить интерес учащихся к занятиям настольным теннисом;

Применение различных форм и методов работы, способствующих формированию техники перемещения теннисистов будут в огромной степени повышать активность самих учащихся. Юные теннисисты будут успешно развиваться достигая при этом высоких результатов.

1. **Адресные рекомендации по использованию**

Формы и методы работы, способствующие формированию технической подготовки теннисистов, предлагаю использовать на школьных занятиях по настольному теннису, а также на секциях ДЮСШ.