

Цель, объект и виды контроля. Требования к показателям, используемым в контроле в процессе занятий физической культурой

Целью контроля является оптимизация процесса подготовки на основе объективной оценки различных сторон их подготовленности и функциональных возможностей важнейших систем организма. Эта цель реализуется посредством решения многообразных частных задач, связанных с оценкой состояний занимающихся, уровня их подготовленности.

Информация, которая является результатом решения частных задач контроля, реализуется в процессе принятия управленческих решений, используемых для оптимизации структуры и содержания процесса подготовки.

Виды контроля. Принято выделять следующие виды контроля — этапный, текущий и оперативный, каждый из которых увязывается с соответствующим типом состояния занимающихся.

Этапный контроль позволяет оценить этапное состояние занимающихся, являющееся следствием долговременного тренировочного эффекта. Такие состояния занимающихся — результат длительной подготовки в течение ряда лет, года.

Текущий контроль направлен на оценку текущих состояний, т. е. тех состояний, которые являются следствием нагрузок серий занятий.

Оперативный контроль предусматривает оценку оперативных состояний — срочных реакций организма занимающихся на нагрузки в ходе отдельных тренировочных занятий и соревнований.

В зависимости от количества частных задач, объема показателей, включенных в программу обследований, различают углубленный, избирательный и локальный контроль.

Углубленный контроль связан с использованием широкого круга показателей, позволяющих дать всестороннюю оценку подготовленности занимающихся, эффективности соревновательной деятельности, качества учебно-тренировочного процесса на прошедшем этапе.

Избирательный контроль проводится с помощью группы показателей, позволяющих оценить какую-либо из сторон подготовленности или работоспособности, учебно-тренировочного процесса.

Локальный контроль основан на использовании одного или нескольких показателей, позволяющих оценить относительно узкие стороны двигательной функции, возможностей отдельных функциональных систем и др.

Углубленный контроль обычно используется в практике оценки этапного состояния, избирательный и локальный — текущего и оперативного.

В зависимости от применяемых средств и методов контроль может носить педагогический, социально-психологический и медико-биологический характер.

В процессе *педагогического* контроля оценивается уровень физической и функциональной подготовленности.

Социально-психологический контроль связан с изучением особенностей личности занимающихся, их психического состояния и подготовленности, общего микроклимата и условий тренировочной деятельности и др.

Медико-биологический контроль предусматривает оценку состояния здоровья, возможностей различных функциональных систем, отдельных органов и механизмов, несущих основную нагрузку в тренировочной деятельности.

Под *комплексным контролем* следует понимать параллельное применение этапного, текущего и оперативного видов контроля в процессе обследования занимающихся, при условии использования педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей для всесторонней оценки подготовленности, содержания учебно-тренировочного процесса занимающихся.

Требования к показателям, используемым в контроле занимающихся Показатели, используемые в процессе этапного, текущего и оперативного контроля, должны обеспечивать объективную оценку состояния занимающихся отвечать возрастным, половым, квалификационным особенностям контингента обследуемых, целям и задачам конкретного вида контроля.

Основными критериями, определяющими возможность включения тех или иных показателей в программу контроля, являются их информативность и надежность.

Информативность показателя определяется тем, насколько точно он соответствует оцениваемому качеству или свойству. Существует два основных пути подбора показателей по критерию информативности. Первый — предполагает выбор показателей на основе знания факторов, определяющих уровень проявления данного свойства или качества; может быть далеко не всегда реализован в силу недостаточной изученности указанных факторов. Второй путь основан на нахождении статистически значимых связей между показателем и критерием, имеющим достаточное научное обоснование. В случае, если связь между каким-либо показателем и критерием является постоянной и сильной, есть основания рассматривать этот показатель как информативный.

Надежность показателей определяется соответствием результатов их применения реальным изменениям в уровне того или иного качества или свойства у занимающихся в условиях каждого из видов контроля, а также стабильностью результатов, получаемых при многократном использовании показателей в одних и тех же условиях: чем выше разница между результатами исследований у различных занимающихся или у одного и того же занимающихся, находящегося в различных функциональных состояниях, и чем теснее располагаются результаты, зарегистрированные у одного и того же занимающихся в постоянных условиях, тем выше надежность применяемых показателей.