

METODOLOGIA ÎNVĂȚĂRII SERVICIILOR CU STUDENȚII SPECIALIZAȚI LA BADMINTON

Alexandru ANGHEL, lector superior

Summary

Badminton has become one of the most favorite games among students of institutions of higher education, which is a simple game and accessible to all. We proposed in sections badminton with students specializing in this sample, we use an experimental methodology that would allow the successful acquisition of services in playing badminton at a high quality level.

Analizând literatura de specialitate ce se referă la jocul de tenis de câmp, s-a constatat că serviciile sunt procedeele cele mai des folosite în joc, în funcție de nivelul de pregătire al sportivilor.

Astfel, jucătorii de performanță folosesc, în mediu, pe parcursul unui joc, până la 18-200 de servicii, în funcție de nivelul jocului și numărul de partide jucate. Nu întâmplător se zice, că cel ce câștigă serviciul, câștigă și mieciul.

Acest fapt impune antrenorii să învețe și să perfecționeze acest element tehnic pe tot parcursul pregătirii sportive, indiferent la ce nivel se află aceștia. În practica sportivă există mai multe metode de învățare și perfecționare a acestui element tehnic.

Cel mai frecvent este folosită metoda repetării, unde sportivii, peste o anumită perioadă de timp, își formează un stereotip motric pe care-l mențin pe tot parcursul pregătirii acestora, aducându-l în ultima instanță la faza de automatism, acest element fiind posibil de îndeplinit automat, în orice condiție de joc.

Pentru a aprecia eficiența aplicării metodologiei experimentale în însușirea serviciilor, la începutul experimentului au fost formate două grupe. Grupa experimentală era acea grupă care, pe parcursul unui an de pregătire, a folosit permanent la lecțiile de antrenament metodologia experimentală de însușire a serviciilor și a doua grupă a fost numită grupa martor, care a lucrat pe parcursul anului de studii conform programei școlii sportive specializate, fără a folosit în procesul de instruire metodologia din grupa experimentală.

Schema metodologică propusă pentru grupa experimentală este prezentată în figura de mai jos.

Metodologia experimentală a fost divizată în două părți: prima reprezintă formarea imaginii despre procedeul tehnic însușit, aici fiind vorba despre:

- *demonstrarea video;*
- *demonstrarea foto;*
- *demonstrarea planșelor;*
- *demonstrarea schițelor;*
- *demonstrarea naturală.*

A doua parte reprezintă forma propriu zisă a actului motric și se exprimă prin efectuarea următoarelor exerciții ajutoare, adică exerciții ce au o structură asemănătoare cu procedeul tehnic care urmează să fie însușit:

- *imitarea serviciului fără rachetă;*
- *aceiași cu rachetă;*
- *execuție liberă la perete;*
- *aceiași peste fileu de la distanță mică;*
- *aceiași măbind distanța de la fileu și viteza de execuție;*
- *aceiași schimbând direcția de execuție;*
- *aceiași în condiție de joc.*

Pentru a aprecia eficiența aplicării metodologiei experimentale, la începutul și la sfârșitul experimentului studenții au fost testați la câteva probe de însușire a serviciilor, care, de fapt, a fost subiectul cercetării noastre (tabelul 1).

Noi ne-am propus pentru însușire mai multe procedee de executare a serviciilor în jocul de badminton. Acestea au fost cercetate atât la executarea lor la precizie, cât și executarea din punct de vedere biomecanic corect, adică tehnica de execuție a procedeeelor. Dacă privim atent serviciile propuse în tabelul 1, se observă clar că aici sunt prezentate majoritatea serviciilor clasice existente în jocul de badminton. Aici se întâlnesc servicii cu partea deschisă și cu partea închisă a paletii, precum și servicii cu diferită traiectorie de zbor a parașutei de joc.

Tabelul 1. Rezultatele însușirii serviciilor de către studenții specializați la jocul de badminton

	Procedeu tehnic	Grup a	Testarea inițială $\bar{X}_1 \pm m$	Testare a finală $\bar{X}_2 \pm m$	T	P
1.	Serviciul la precizie în coridorul stâng, nr. ori din 10 încercări.	M	2,6±0,33	5,2±0,34	5,53	< 0,01
		E	2,7±0,53	8,3±0,45	6,67	<0,001
2.	Serviciul la precizie în coridorul drept, nr. ori din 10 încercări.	M	2,9±0,49	6,2±0,48	5,0	< 0,01
		E	2,8±0,53	8,4±0,64	6,7	<0,001
3.	Serviciul scurt la precizie din coridorul stâng, nr. ori din 10 încercări.	M	3,6±0,26	5,5±0,25	2,97 3,01	<0,05 <0,05
		E	3,7±0,53	7,2±0,34		
4.	Serviciul scurt la precizie din în coridorul drept, nr. ori din 10 încercări.	M	2,6±0,35	5,2±0,31	5,53	< 0,01
		E	2,7±0,53	8,3±0,45	6,67	<0,001
5.	Serviciul înalt la precizie din coridorul drept, nr. ori din 10 încercări.	M	2,9±0,49	6,2±0,48	5,0	< 0,01
		E	2,8±0,53	8,5±0,54	6,4	<0,001
6.	Serviciul înalt la precizie din coridorul stâng, nr. ori din 10 încercări.	M	3,8±0,54	8,9±0,63	6,3	<0,001
		E	3,9±0,51	8,7±0,64	6,7	<0,001

Analizând calitatea însușirii serviciilor, e de menționat faptul că metodologia experimentală propusă a contribuit la însușirea la un nivel superior al acestora, sporind esențial atât numărul de servicii îndeplinite la precizie, cât și micșorarea numărului de greșeli la executarea acestora. În al doilea caz este vorba despre tehnica de execuție a procedeeelor tehnice, care s-a îmbunătățit esențial la finalul experimentului pedagogic.

Astfel, s-a demonstrat în mod experimental, că metodologia experiemntală propusă este una destul de eficientă, care poate fi recomandată pentru aplicare în procesul de instruire, în cazul nostru, a studenților din instituțiile de învățământ superior în cadrul secțiilor de badminton.

Bibliografie

1. Ababei, R., Teoria și metodologia antrenamentului sportive, Vol.2., Editura corpului didactic, Bacău, 2006.
2. Segărceanu, A., Tehnică, tactic și metodică, Guasar, București, 1998.
3. Лифшиц, В.Я., Бадминтон, Ступени мастерства, Йошкар-Ола, 1994.
4. Смирнов, Ю.Н., Бадминтон. Учебное пособие, Изд-во Университета дружбы народов, М., 1988.
5. Смирнов, Ю.Н., Бадминтон. Учебник для институтов физической культуры, Ф и С, М., 1990.