

Impact Factor:

ISRA (India) = 4.971
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
PIHII (Russia) = 0.126
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

SOI: [1.1/TAS](#) DOI: [10.15863/TAS](#)

International Scientific Journal **Theoretical & Applied Science**

p-ISSN: 2308-4944 (print) e-ISSN: 2409-0085 (online)

Year: 2019 Issue: 10 Volume: 78

Published: 24.10.2019 <http://T-Science.org>

QR – Issue



QR – Article



Vyacheslav Mikhailovich Nesterov

GBOWO Kuban state University of physical culture, sport and tourism
a student of the faculty of Sport, profile "table tennis", candidate master of sports, multiple champion of Krasnodar Krai, the prize-winner of the southern Federal district, winner of the Cup of the Governor of Krasnodar region on table tennis, is an accredited judge in table tennis, held competitions on the territory of the Russian Federation under the auspices of FNTR.

Yuri Dmitrievich Ovchinnikov

GBOWO Kuban state University of physical culture, sport and tourism
candidate of technical Sciences, associate Professor, associate Professor of biochemistry, biomechanics and natural Sciences.

TABLE TENNIS AS AN ELEMENT OF CORPORATE CULTURE IN SOCIETY

Abstract: table tennis was known as a means of leisure in society among aristocratic circles. In the era of the USSR was popular in enterprises as a physical workout and as a yard leisure. With the Seoul Olympics received the status of an Olympic sport. It should be noted that this is an inexpensive and safe sport available to both individuals and groups. This type of sports leisure will allow to develop motor activity in the team in an aesthetic form. Biomechanics of movements will show how a person can control his body and train his eye after hours of sitting in a computer or smartphone. Table tennis is a good prevention of osteochondrosis and strengthen the muscles of the lumbar region.

Key words: table tennis as an Olympic sport, history of table tennis, biomechanics of movements, corporate culture in society.

Language: Russian

Citation: Nesterov, V. M., & Ovchinnikov, Y. D. (2019). Table tennis as an element of corporate culture in society. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 10 (78), 425-431.

Soi: <http://s-o-i.org/1.1/TAS-10-78-79> **Doi:**  <https://dx.doi.org/10.15863/TAS.2019.10.78.79>

Scopus ASCC: 1202.

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС КАК ЭЛЕМЕНТ КОРПОРАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕСТВЕ

Аннотация: Настольный теннис был известен как средство проведения досуга в обществе среди аристократических кругов. В эпоху СССР был популярен на предприятиях в качестве физической разминки и как дворовое проведение досуга. С сеульской Олимпиады получил статус олимпийского вида спорта. Следует отметить, что это недорогой и безопасный вид спорта доступный как индивидуальной личности, так и группам. Данный вид спортивного досуга позволит развить двигательную активность в коллективе в эстетическом виде. Биомеханика движений покажет, как человеку управлять своим телом и тренировать глазодом после многочасового сидения в компьютере или смартфоне. Настольный теннис хорошая профилактика остеохондроза и укрепления мышц поясничного отдела, а также объединения интересов коллектива.

Ключевые слова: настольный теннис как олимпийский вид спорта, история настольного тенниса, биомеханика движений, корпоративная культура в обществе.

Impact Factor:

ISRA (India) = 4.971
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 0.126
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

Введение

В настольный теннис играют по всему миру. Китайцы и англичане спорят, кто придумал этот вид досуга, пришедший из далеких времен в наше время и получивший статус вида спорта. Но вначале своего развития это был досуг аристократов (рис.1).

Настольный теннис (пинг-понг) – олимпийский вид спорта, в котором два игрока или две команды по два человека (парная игра) соперничают между собой, пытаясь перекинуть ракетками специальный мяч (через сетку на игровом столе) на сторону соперника таким образом, чтобы соперник не смог его отразить. При этом мяч должен коснуться половины поля соперника не менее одного раза (Афанасьев В.В., Щербаченко В.К.) [1]. МОК включил настольный теннис в программу летней Олимпиады 1988 года в Сеуле. Более 190 национальных федераций работают над продвижением игры в мире.

Федерация настольного тенниса России пропагандирует этот вид спорта имеющий богатые исторические корни..

Нестеров Владислав Михайлович, студент факультета Спорта, профиль «Настольный теннис», кандидат в мастера спорта, многократный чемпион Краснодарского края, призер ЮФО, призер Кубка губернатора Краснодарского края по настольному теннису, является аккредитованным судьей I категории по настольному теннису, проводимых соревнований на территории Российской Федерации под эгидой ФНТР пропагандирует этот вид спорта и досуга для развития двигательной активности детей и взрослых. Настольный теннис является одним из эстетических направлений помогающих заботиться о своем здоровье.

МАТЕРИАЛЫ ИССЛЕДОВАНИЙ.

НАУЧНЫХ



Рис.1. Зарождение настольного тенниса в России

Анализ информационных источников показал исторические вехи развития настольного тенниса в России:

С 1860 года пинг-понг стал популярен в частных домах гг. Москвы, Петербурга, Одессы, Ялты и других городов. Это было одно из модных салонных увлечений российских аристократов.

До 1914 года играли резиновым мячом в домашних условиях на больших раздвижных обеденных столах. первой мировой война ликвидировала модные увлечения, а

произошедшая Октябрьская революция внесла изменения в этот вид проведения досуга.

1927-го и в последующие годы регулярно проходили командные и личные соревнования.

Широкую популярность настольный теннис приобрел осенью 1927 года, когда в нашу страну на празднование 10 годовщины Великого Октября приехала делегация английских рабочих и были организованы показательные игры.

В феврале 1948 года были утверждены новые правила соревнований, в соответствии с

Impact Factor:

ISRA (India) = 4.971
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 0.126
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

международными. С этого момента высота сетки снижена до 15,25 см.

Стол расширен до 152,5 см, а длина уменьшена до 274 см.

Прежний теннисный счет заменен на международный с набором 21 очка в каждой партии. Длительность каждой партии не более 20 минут.

В феврале 1950 года была организована Всесоюзная секция настольного тенниса, а осенью того же года в Москве был проведен первый Всесоюзный турнир. В ноябре 1951 года в Вильнюсе состоялось первое личное первенство СССР, в котором приняли участие сильнейшие теннисисты (64 мужчины и 32 женщины).

В 1954 году советские спортсмены вступили в Международную федерацию настольного тенниса и стали участвовать почти во всех чемпионатах Европы и мира.

В том же году состоялась первая международная встреча в Москве с командой ГДР. Наши женщины победили, а мужчины проиграли остро атакующему немецкому теннисисту Шнайдеру. Это наглядно показало, что чисто защитный стиль игры отжил свой век.

В 1957-58 годах возникли большие разногласия по вопросам дальнейшего развития настольного тенниса.

Только в 1961 году в Пекине советская сборная команда впервые приняла участие в чемпионате мира, и сразу же удивили всех, показав хорошие результаты: женщины – 4–6 место, мужчины – 11 место, так как никто не ожидал от дебютантов такого упорства и спортивной настырности. Однако уже на следующем чемпионате мира 1963 года – женщины завоевали 9–12 место, а мужчины – 13–16 место.

За период участия в чемпионатах мира 1965–1979 годов и мужская и женская сборные команды добивались высоких результатов и постоянно были в десятках лучших команд мира. Прекрасного успеха в 1969 году добилась женская сборная команда под руководством заслуженного тренера страны С.Д.Шпраха ставшая чемпионом мира в составе: Зоя Руднова, Светлана Гринберг, Рита Погосова, Лайма Балайшите. А в женском парном разряде З.Руднова-С.Гринберг завоевали звание чемпионки мира. В 1975 году золотые медали чемпионата мира в смешанном парном разряде завоевали Т.Фердман и С.Гомозков, обыграв советский дуэт Э.Антонян-С.Сархоян, которым достались медали серебряного достоинства.

В 1973 году женская сборная команда впервые вошла в четверку сильнейших команд, завоевав бронзовые награды командного чемпионата мира. Такого же высокого результата

женская команда добивалась в 1979, 1981 и 1983 гг.

В чемпионатах Советского Союза многие спортсмены России достигли отличных результатов: Андрей Мазунов (Н.Новгород) завоевал 16 медалей, из них 7 золотых, 4 серебряные и 5 бронзовых; Дмитриий Мазунов (Н.Новгород) – 9 медалей, из них 5 золотых, 3 серебряные и 1 бронзовая; Игорь Подносков (Краснодар) – 13 медалей (7 золотых, 3 серебряные, 3 бронзовые). 7 золотых медалей у А.Амелина (Москва) и т.д. Среди женщин наибольших успехов добилась заслуженный мастер спорта Татьяна Фердман (Свердловск) – у нее 9 медалей, из них 4 золотых, 4 серебряных, 1 бронзовая; у Елены Комраковой (Горький) 6 медалей; у Оксаны Куш (Н.Новгород) – 5 медалей; 4 медали у Людмилы Бакшутовой (Свердловск).

В начале 90-х годов активизируется деятельность ветеранского движения. И в 1991 году создается Ассоциация ветеранов настольного тенниса под председательством В.Ф.Иванова, которая в 1992 году проводит первый чемпионат России среди ветеранов. На I личном чемпионате России среди ветеранов (Пермь, 1992 г.) отличились Г.Стрельников, В.Сбродова, С.Федорова, В.Шеянов, С.Степанов, Г.Миляев, В.Морозов и другие.

Результаты исследований.

Корпоративная культура является сводом правил и принципов, которые распространены в определенной фирме, вне зависимости от количества сотрудников объединенных определенными целями и задачами. Корпоративная культура не должна возводиться в ранг элитарности, неприступности или недоступности. Общество не должно воспитывать группки снобов. Любая организация имеет устав и стиль поведения, направленный на ее имидж и в этом тоже есть функциональное назначение корпоративной культуры. Миссия образовательного учреждения направлена на воспитание, привитие имиджа школьников, студентов и преподавателей как коллективной общности с разными спортивными интересами. Настольный теннис вполне доступная форма развития корпоративной культуры в образовательных учреждениях.

Внутренняя имиджология организации может развиваться по нескольким направлениям, чтобы показать ее практико-ориентированность и практическую дееспособность. Развитие спортивного направления в организации, предприятии, фирме показывает элементы корпоративной культуры, ее практическую дееспособность и доступность для сотрудников. Руководству трудно подобрать вид спорта, который был бы доступен для каждого сотрудника

Impact Factor:

ISRA (India)	= 4.971	SIS (USA)	= 0.912	ICV (Poland)	= 6.630
ISI (Dubai, UAE)	= 0.829	РИИЦ (Russia)	= 0.126	PIF (India)	= 1.940
GIF (Australia)	= 0.564	ESJI (KZ)	= 8.716	IBI (India)	= 4.260
JIF	= 1.500	SJIF (Morocco)	= 5.667	OAJI (USA)	= 0.350

вне зависимости от численности фирмы и зарплаты сотрудников. Полезность движений важна для здоровья каждого человека вне зависимости от социального статуса.

Настольный теннис позволяет играть в любом возрасте, группировать мышцы тела, таким образом, телу ощущать движения мышц, подвижность суставов, улучшение

кровообращения. Настольный теннис – спорт, учитывающий индивидуальные особенности человека и позволяющий проследить движения другого человека как альтернативные движения. Представленная научная тема интересна и актуальна в общественном понимании, но недостаточно изучена в научной литературе.



Фото 1. Главное начинающим игрокам научиться правильно, держать ракетку в руке.

Биомеханика движения руки: работают плечо, предплечье и кисть. Необходимо чувствовать ракетку пальцевыми фалангами для правильной подачи или отражения удара (Иванова Г.П., Биленко А.Г.; Индин А.А.) [2,3,10]. Офисным работникам полезна разработка кисти и пальцев в естественном движении без специальных физических упражнений по принуждению. Происходят наклоны туловища вперед назад, вправо, влево, так это обусловлено реакцией тела игрока на полеты мяча. Каждый игрок выстраивает свою стратегию и тактику игры, но руководствуется правилами, принятыми в настольном теннисе (Чиченьова О.Н.) [11]. Не каждый человек может играть в паре, именно важна согласованность движений. Сотрудники

могут быть объединены в компании именно такими игровыми интересами, как и происходило в эпоху СССР 20 столетия. Сотрудники отдела, предприятия играли в перерыв, после работы в настольный теннис. Простота и доступность этого вида досуга объединяла разных по вкусам, привычкам и политическим взглядам людей, но в тоже развивала логическое мышление с помощью игровых комбинаций, например присчитывания рациональности удара. Более того прививалась потребность в общении, физической и психологической разгрузке. Иначе говоря, развивалась стрессоустойчивость и естественная двигательная активность человека с индивидуальным учетом времени.

Impact Factor:

ISRA (India) = 4.971	SIS (USA) = 0.912	ICV (Poland) = 6.630
ISI (Dubai, UAE) = 0.829	ПИИЦ (Russia) = 0.126	PIF (India) = 1.940
GIF (Australia) = 0.564	ESJI (KZ) = 8.716	IBI (India) = 4.260
JIF = 1.500	SJIF (Morocco) = 5.667	OAJI (USA) = 0.350



Фото 2. Поза ног и рук в игре меняется (перемещающиеся движения)

Ноги расставлены, придавая телу устойчивое положение, рука ощущает ракетку, глаз следит за траекторией мяча для отбивания его. Биомеханические качества: развитие глазомера и быстрота реакции. Начинающим игрокам можно не бегать за мячом, но двигать корпусом тела и рукой. Играть могут как левши, так и правши.

Способ работы ног игрок выбирает в зависимости от конкретной игровой ситуации и своих индивидуальных возможностей. Центр тяжести при перемещении должен находиться в одной плоскости, т.е. мы избегаем лишних перемещений вверх вниз. Игроки вырабатывают имитацию передвижений (Дюбина Т.В., Завьялов А.И.; Рудаков Р.Н., Подгасц Р.М.) [4,10].

Почему такая форма двигательной активности важна человеку? Она естественна психологически и не травмоопасна. Сидя за столом 8-10 часов возникает не только депрессивное состояние и боль в мышцах, хроническая усталость [5]. Модное увлечение потребление антидепрессантов приводит к зависимостям разного рода, бессоннице. Снять напряжение в теле поможет движение, но бегать некогда и негде, на фитнес-клуб не хватает времени, надо следить за питанием и кардионагрузками. Организация игр в настольный теннис в учреждении, фирме хорошее средство в профилактике остеохондроза, онемения пальцев и регулирования общего физического состояния

организма. Настольный теннис тренирует устойчивость ног и их выносливость.

Исследования показали, что корпоративные занятия проводит клуб настольного тенниса «Лужники», проводятся корпоративные соревнования. В результативной корпоративной культуре главная задача заключается в том, чтобы найти оптимальное соотношение между жесткой субординацией и предоставлением самостоятельности нижестоящим менеджерам.

Заключение. Корпоративная культура на высоком уровне перестала быть чем-то необычным. Сегодня сотрудники обсуждают ее так же часто, как и зарплату [6,7]. На самом деле, корпоративная культура должна быть на должном уровне, наравне с другими преимуществами компаний. Ваша корпоративная культура не должна ограничиваться играми в настольный теннис и другими бонусами. Необходимо просто дать сотрудникам понять, что они в безопасности и все могут положиться друг на друга. Азы спортивной культуры формируют с детства в рамках проведения домашнего досуга семьи, родных и друзей. Не знаете, что подарить друзьям, ребенку на день рождения – подарите ракетки и теннисный мяч. Это хорошая мотивация не только к воспитанию привычки активизации движений, но и культурного проведения досуга, объединенных общими спортивными интересами,

Impact Factor:

ISRA (India) = 4.971
ISI (Dubai, UAE) = 0.829
GIF (Australia) = 0.564
JIF = 1.500

SIS (USA) = 0.912
РИИЦ (Russia) = 0.126
ESJI (KZ) = 8.716
SJIF (Morocco) = 5.667

ICV (Poland) = 6.630
PIF (India) = 1.940
IBI (India) = 4.260
OAJI (USA) = 0.350

которые у человека будут присутствовать в разные возрастные периоды. Двигательная задача и двигательная память формируется у человека в

детском периоде жизни, которая влияет на развитие движений и двигательных действий.



Фото3. Фирмы Kingnik, XuShaofa выпускают пластиковые мячи, не имеющие швов.

References:

1. Afanas'ev, V.V., & Shcherbachenko, V.K. (2009). *Nastol'nyy tennis v NTUU «Kievskiy politekhnicheskij institut»*. *Fizicheskoe vospitanie studentov*, № 1, pp. 3-11.
2. Ivanova, G.P., & Bilenko, A.G. (2014). *Modelirovanie traektorii poleta tennisnogo myacha*. *Trudy kafedry biomekhaniki universiteta imeni P.F. Lesgafta*, № 8, pp. 22-27.
3. Indin, A.A. (2006). *Atakuyushchee udarnoe deystvie v nastol'nom tennisе*. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*, № 1, pp. 28-29.
4. Dyubina, T.V., & Zav'yalov, A.I. (2009). *Metodika otsenivaniya urovnya podgotovlennosti yunnykh tennisistov*. *Pedagogika, psikhologiya i mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta*, № 5, pp. 80-83.
5. Kuznetsova, Z.M., & Ovchinnikov, Y.D. (2018). *Uсталost'-biomekhanicheskaya kategoriya. Pedagogiko-psikhologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoy kul'tury i sporta*, T. 13. № 1, pp.178-183.
6. (2018). *Modernizatsiya kul'tury: tendentsii i vyzovy XXI veka*/ Volkova V.B., Konina E.A., Kunafina D.F., Ovchinnikov Yu.D., Pimenova N.B., Pogrebnaya Ya.V., Podkopaev O.A., Ryzhkova O.I., Stoylov A.Yu., Shilova V.S. *Povolzhskaya nauchnaya korporatsiya*. Samara.
7. Palevskaya, S.A., & Bobrova, M.V. (2019). *Korporativnaya kul'tura v meditsinskikh organizatsiyakh: ot teoreticheskikh zadach k prakticheskomu primeneniyu*. *Sanitarnyy vrach*, № 2, pp. 70-75.
8. Rudakov, R.N., & Podgaets, R.M. (2005). *Udar po sportivnomu myachu*. *Rossiyskiy zhurnal biomekhaniki*, T. 9. № 4, pp. 67-75.

Impact Factor:	ISRA (India) = 4.971	SIS (USA) = 0.912	ICV (Poland) = 6.630
	ISI (Dubai, UAE) = 0.829	PIHHI (Russia) = 0.126	PIF (India) = 1.940
	GIF (Australia) = 0.564	ESJI (KZ) = 8.716	IBI (India) = 4.260
	JIF = 1.500	SJIF (Morocco) = 5.667	OAJI (USA) = 0.350

9. Tarasenko, A.A., Ovchinnikov, Yu.D., & Nesterov, V.M. (2019). Pedagogicheskaya biomekhanika: keys-stadi. *Mezhdunarodnyy nauchnyy zhurnal*, № 3, pp. 129-135.
10. Chichen'ova, O.N. (2017). Kontrol'nye normativy dlya razvitiya fizicheskikh kachestv studentov otdeleniya nastol'nogo tennisa. *Aktual'nye nauchnye issledovaniya v sovremennom mire*, № 11-3 (31), pp. 138-143.