

2. Ленинджер, А. Основы биохимии/ А. Ленинджер.-М.: Мир,1985,Т.3.- 825с.
3. Малахов, С.С. Спортивная биохимия: учебник для вузов и колледже физической культуры. - 2-е изд., доп. - М.: Советский спорт, 2004. -220 с.
4. Покровский, А.А. Роль биохимии в развитии науки о питании /А.А. Покровский. — М.: Наука,1974.- 127с.
5. Шатерников, В.А. Физическая активность и потребность человека в энергии и пищевых веществах /Шатерников В.А., Волгарев М.Н., Коровников К.А. //Теория и практика физической культуры. -1982 .№5.- с 22-26.

УДК 378. 037.1

ОСОБЕННОСТИ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЛЫЖНЫЙ СПОРТ И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»

Сак Ю.В., Городилин С.К.

УО «Гродненский государственный университет
имени Янки Купалы», г. Гродно, Республика Беларусь

Знания характеризуются как ведущий компонент содержания специального физкультурного образования. Без знаний о закономерностях движений, способах выполнения двигательных действий и обучения им, о своевременном исправлении ошибок, возникающих в ходе обучения технике выполнения физических упражнений, о правилах судейства, организации и проведения самостоятельных занятий или с группой занимающихся невозможно полноценное овладение двигательными действиями, умениями тактического, инструкторско-методического и самоуправленческого характера [1, с. 157–158].

Накопление знаний обеспечивают традиционные формы обучения. Они используются в образовательном процессе учреждений высшего образования там, где целью педагогического воздействия на студента является переход от низкого уровня знаний к позитивному. Основной проблемой педагогической деятельности в такой ситуации является создание у студентов мотивации для самостоятельного получения знаний. Против их воли преподаватель не может передать им знания. В настоящее время преобладает репродуктивный характер подачи учебного материала, не являющийся благоприятным условием для качественного их усвоения [2, с. 292].

В реальной практике учреждений высшего образования, по мнению В.М. Богданова, успешно решить задачи по теоретико-методическим основам физкультурно-спортивной деятельности крайне затруднительно. С одной стороны, чтобы студенты овладели знаниями, методами и средствами этого раздела на уровне применения в повседневной жизни и профессиональной деятельности, необходимо потратить на обучение большее количество учебных часов, от запланированных программой. С другой стороны, расходовать время практических занятий на овладение учебным материалом указанного раздела нерационально, так как для значительной части студентов они являются единственной возможностью повысить уровень своей технической подготовленности, получить хотя бы минимальную физическую нагрузку [3, с. 55].

С каждым годом возрастают требования к профессиональным знаниям специалистов в области физической культуры. В силу этого возникает необходимость в поиске таких методов и средств обучения, которые бы обеспечивали выпускнику

высокий уровень профессиональной компетентности. С точки зрения В.С. Кузнецова и Ж.К. Холодова, в настоящее время активно ведется переосмысление существующих методик совершенствования образовательного процесса, поскольку традиционная система обучения все же имеет существенные недостатки. Образовательный процесс осуществляется далеко не оптимально из-за отсутствия научных основ его организации [4]. По мнению ученых, необходим творческий подход к разработке новых технологий обучения студентов с учетом изменяющихся условий, требований общества, особенностей коллектива или личности, ориентирующий педагога на развитие и самоопределение обучаемого – его активную познавательную деятельность [5, с. 38].

На наш взгляд, данная проблема недостаточно успешно решается в образовательном процессе по физической культуре студентов, в том числе и по дисциплине «Лыжный спорт и методика обучения» с будущими учителями физической культуры. Пока еще не в полном объеме применяются активные методы обучения и педагогического управления в силу специфики организации и условий его проведения [6].

Особенности влияния активных методов на обучаемых заключаются в том, что в их основе заложено побуждение к практической и мыслительной деятельности, без которой нет движения вперед в овладении знаниями [7].

Как свидетельствуют исследования А.И. Жука и Н.Н. Кашель, особенностью активных методов обучения является то, что их реализация возможна лишь через совместную деятельность педагога и занимающихся, которые характеризуются:

- принудительной активизацией мышления;
- обеспечением постоянной вовлеченности занимающихся в образовательном процессе;
- самостоятельной выработкой решений;
- постоянным взаимодействием занимающихся и преподавателей;
- проявлением рефлексивной самоорганизации деятельности педагога и занимающихся в совместной учебной деятельности «учение-обучение» [5, с. 50].

Ученые обращают внимание на то, что только широкое использование активных методов, побуждающих к мыслительной и практической деятельности, причем с самого начала обучения, развивает важные интеллектуальные качества человека, обеспечивающие в дальнейшем его активность в постоянном овладении знаниями и применении их на практике [8, с. 97].

В дидактике под принципами обучения подразумеваются исходные положения, которые лежат в основе отбора содержания, организации и методов обучения. Номенклатура принципов постоянно меняется. В настоящее время в дидактике нет единой номенклатуры принципов. Однако принцип активности в обучении всегда был одним из бесспорных. Через активные методы обучения возможно проектировать образовательную ситуацию, в которой проявляется деятельностное содержание образования [5, с. 54–57].

В типовой учебной программе по физической культуре для учреждений высшего образования в разделе «Рекомендуемые методы (технологии) обучения» указывается на то, что среди эффективных педагогических методик и технологий, способствующих вовлечению студентов в поиск и управление знаниями, приобретению опыта самостоятельного решения разнообразных задач, следует выделить: технологии проблемно-модульного обучения; технологии учебно-исследовательской деятельности; проектные технологии; коммуникативные технологии (дискуссия, пресс-конференция и другие активные формы и методы); метод кейсов (анализ ситуации); игровые технологии, в рамках которых студенты участвуют в деловых, ролевых, имитационных и других играх. Рекомендуется внедрять в практику проведения практических занятий методики активного обуче-

ния, дискуссионные формы, в целях формирования современных социально-личностных и социально-профессиональных компетенций выпускника вуза [9, с. 21]. По нашему убеждению, данное положение программы открывает неограниченные возможности перед преподавателями учреждений высшего образования для формирования у студентов на практических занятиях специальных знаний, учитывая профиль факультета и будущую профессиональную деятельность.

В научной литературе имеются обоснованные рекомендации по применению активных методов обучения для формирования знаний методик обучения технике передвижения на лыжах при проведении занятий по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов [6]. Однако в настоящее время отсутствуют методические рекомендации по применению активных методов на практических занятиях по дисциплине «Лыжный спорт и методика преподавания» со студентами специальности 1-03 02 01 «Физическая культура»: в какой части занятия применять; продолжительность их применения; какие методы использовать на занятии.

Согласно содержанию программы по физической культуре для учреждений высшего образования, урочные занятия состоят из методико-практического и учебно-тренировочного разделов. В начале каждого занятия, с целью конкретизации содержания материала, сообщения задач, специфических особенностей выполнения упражнений, а также для усвоения правил безопасного выполнения упражнений, проводятся беседы со студентами в течение 5–15 мин [9, с. 9]. Мы убеждены в том, что указанное время целесообразно было бы использовать также и на практических занятиях по дисциплине «Лыжный спорт и методика преподавания» для формирования у будущих учителей физической культуры специальных знаний с использованием активных методов обучения.

К сожалению, в области физического воспитания данные методы пока не находят широкого применения в силу специфики организации и условий проведения образовательного процесса и, как отмечалось выше, ущербности для моторной плотности занятия. Еще более проблематичным следует признать использование активных методов обучения при проведении занятий по лыжному споту в силу специфики погодных условий (низких температур), спортивного снаряжения занимающихся и т.д. [6]. Поэтому теоретико-методическая подготовка будущих учителей физической культуры по дисциплине «Лыжный спорт и методика преподавания» может быть дополнена путем применения на практических занятиях активных методов обучения для качественного формирования у них профессиональных компетенций.

Литература.

1. Теория и методики физического воспитания : учебник для студ. фак. физ. культуры пед. ин-тов // Б. А. Ашмарин [и др.] ; под ред. Б. А. Ашмарина. – М. : Просвещение, 1990. – 287 с.
2. Подласый, И. П. Педагогика : учебник / И. П. Подласый. – М. : Высшее образование, 2006. – 540 с.
3. Богданов, В. М. Информационные технологии обучения в преподавании физической культуры / В. М. Богданов, В. С. Пономарев, А. В. Соловов // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 8. – С. 55–59.
4. Кузнецов, В. С. Качество усвоения студентами знаний в зависимости от методики обучения / В. С. Кузнецов, Ж. К. Холодов // Теория и практика физической культуры. – 1984. – № 3. – С. 43–45.
5. Жук, А. И. Активные методы обучения в системе повышения квалификации педагогов : учеб.-метод. пособие для слушателей системы повышения квалификации и переподготовки кадров образования / А. И. Жук, Н. Н. Кашель. – Минск : Аверсэв, 2003. – 336 с.

6. Барков, В. А. Научно-методические основы лыжной подготовки будущих учителей начальных классов / В. А. Барков, Ю. В. Сак. – Гродно : ГрГУ им. Янки Купалы, 2011. – 143 с.

7. Боголюбов, В. И. Методы и средства реализации педагогических технологий / В. И. Боголюбов // Школьные технологии. – 2004. – № 5. – С. 18–31.

8. Педагогические технологии : учеб. пособие для студ. пед. специальностей / под общ. ред. В. С. Кукушина. – Ростов н/Дону : Изд. центр «Март», 2002. – 320 с.

9. Физическая культура : типовая учебная программа для учреждений высшего образования / сост.: В. А. Коледа [и др.]. – Минск : РИВШ, 2017. – 33 с.

УДК 796

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ - СПОРТСМЕНОВ

Смелкова Е.В.

ФГБОУ ВО «Казанская государственная академия ветеринарной медицины имени Н.Э. Баумана», г. Казань, Республика Татарстан

Одним из показателей спортивной работы вуза является участие в спартакиаде вузов. Спартакиада вузов проходит ежегодно по нескольким видам спорта. В каждом виде спорта существует своя специфика в тренировочном процессе, но любая физическая подготовка требует определенной психологической подготовки. Эта подготовка напрямую влияет на выступления того или иного спортсмена. Психологическая готовность влияет на результаты соревнований. В статье рассматриваются особенности психологической подготовки.

Под психологической подготовкой следует понимать совокупность психолого-педагогических мероприятий и соответствующих условий спортивной деятельности и жизни спортсменов, направленных на формирование у них таких психических функций, процессов, состояний и свойств личности, которые обеспечивают успешное решение задач тренировки и участия в соревнованиях. Специальная психологическая подготовка направлена главным образом на формирование у спортсмена психологической готовности к участию в конкретном соревновании. Психологическая готовность к соревнованиям характеризуется уверенностью спортсмена в своих силах, стремлением до конца бороться за достижение намеченной цели, оптимальным уровнем эмоционального возбуждения, высокой степенью устойчивости по отношению к различным неблагоприятным внешним и внутренним влияниям, способностью произвольно управлять своими действиями, чувствами, своим поведением в изменяющихся условиях спортивной борьбы [1].

Специфика вида спорта предъявляет различные требования к качествам и структуре психологической подготовленности спортсмена. Так, спортсменам, специализирующимся в боксе, борьбе, метаниях, тяжелой атлетике, спринтерских дистанциях видов спорта циклического характера, присущи такие качества, как склонность к лидерству, независимость, высокий уровень мотивации, склонность к риску, умение сконцентрировать в нужный момент все свои силы и отдать их для победы. Но одновременно им часто свойственны недоверчивость, стремление избежать подчиненной роли, упрямство, склонность к конфликтам. Для спортсменов, специализирующихся на длинных дистанциях, характерны активность, способность к перенесению высоких нагрузок, умение подчинять личные интересы общественным, отсутствие мнительности. Однако они нередко недостаточно уве-