

ОЦЕНКА И АНАЛИЗ ТЕХНИЧЕСКОЙ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ

Сак Ю.В., Городилин С.К., Юраго О.Л.

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

Учет успеваемости позволяет педагогу сократить или увеличить время, отводимое на изучение того или иного элемента или лыжного хода в целом, использовать новые, более эффективные методы обучения, на основе прочного усвоения материала вовремя приступить к изучению неосвоенных движений [1].

Педагогический контроль начинается с оценки исходного уровня возможностей и готовности занимающихся к реализации поставленных задач. Он осуществляется еще до начала курса или очередного цикла занятий, будучи необходимой предпосылкой целесообразной организации педагогического процесса, в том числе распределения занимающихся по группам соответственно индивидуальным возможностям и условиям конкретизации программы занятий.

Данные предварительного учета используются для оперативного планирования образовательного процесса. При подведении результатов работы с выставлением оценки за лыжную подготовленность педагог сравнивает результаты обучения с данными предварительного учета. Такое сравнение дает возможность правильно оценить успехи занимающихся и выяснить эффективность применяемых методов обучения и планирования в целом [2].

Овладение правильной техникой передвижения на лыжах для ее качественной демонстрации – это сложный аспект подготовки будущих тренеров по видам спорта Республики Беларусь. В этой связи исследование лыжной подготовленности студентов специальности «Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)» является своевременным и актуальным.

Цель исследования заключалась в установлении качества владения техникой способов передвижения на лыжах будущими тренерами по видам спорта согласно требованиям раздела «Лыжная подготовка» программы по физической культуре и здоровью для учащихся начальных, средних и старших классов учреждений общего среднего образования.

Основными методами исследования явились педагогические (экспертное оценивание техники способов передвижения на лыжах) и математико-статистические (статистическое описание).

Исследование проведено на базе учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» с участием студентами факультета физической культуры (n = 20). Перед проведением занятий по дисциплине «Лыжный спорт и методика преподавания» нами была проведена экспертным путем по пятибалльной шкале педагогическая оценка качества их технической лыжной подготовленности.

Для проведения экспертизы предварительно был осуществлен отбор трех экспертов из девяти специалистов в области лыжного спорта. Отбор производился с помощью метода самооценки. Вопросы для экспертов были четко направлены на оценивание навыков передвижения на лыжах.

Расчет эффективности оценочной деятельности экспертов производился по методике В.М. Зацюрского [3]. Три эксперта, получившие наиболее высокие коэффициенты конкордации, составили в нашем исследовании экспертную группу, осуществляющую оценку техники выполнения двигательных действий на лыжах с использованием метода простой ранжировки (метода предпочтения). Каждый эксперт раскладывал признаки в порядке предпочтения от 5 до 1, где цифра 5 обозначала наиболее важный признак, а цифра

1 – наименее важный. Обобщенное мнение экспертов выражалось как средний ранг каждого признака.

В состав экспертной группы вошли преподаватели лыжного спорта, имеющие опыт практической работы более 20 лет.

Оценивая технику передвижения на лыжах отдельными способами, эксперты учитывали количество и значимость ошибок у испытуемых, их влияние на скорость передвижения и структуру лыжного хода в целом. Группировка ошибок, возникающих при обучении ходам на лыжах, по мнению большинства специалистов, связана с неправильной посадкой, незаконченным толчком ноги, незаконченным толчком руки, неправильной постановкой палок на снег, колебаниями туловища, ошибками в фазе скольжения, недостаточным расслаблением мышц после их работы, неправильным согласованием работы рук и ног [4; 5].

Экспертный контроль за техникой выполнения способов передвижения у студентов, участвующих в исследовании, осуществлялся во внеучебное время после проведения стандартной разминки (15 мин), при хороших условиях скольжения, качественной учебной лыжне и учебном склоне. Тестируемым предоставлялась одна попытка. При непредвиденных сбивающих факторах (случайное падение, выход из строя лыжного инвентаря и т. п.), курсант выполнял повторную попытку. Испытуемых заранее информировали о контрольном выполнении способа передвижения.

Лыжные ходы. Студенты передвигались по учебной лыжне, а контрольный участок (прямой) длиной 50–60 м проходили заданным способом в среднем темпе с экспертной оценкой за технику передвижения. Эксперты наблюдали не менее 6–8 циклов хода.

Спуски. Оценивалась техника стоек на склоне длиной не менее 50 м, крутизной 6–12°. Учитывалось положение туловища, лыж, палок, уверенность и устойчивость при спуске.

Подъемы. Оценивались скорость, эффективность работы рук и ног. Использовались пологие, средние и крутые подъемы до 15°.

Торможения. Оценивались правильность выполнения способа и способность снизить скорость или выполнить полную остановку.

Повороты. Повороты в движении *переступанием* выполнялись на площадке выката после спуска в левую или правую сторону. Оценивалось умение выполнять толчок лыжей и переступания, умение выполнять повороты по дуге среднего и малого радиуса, умение при небольшой скорости использовать одновременные отталкивания руками. Повороты из группы «рулящие» выполнялись на склонах средней крутизны, оценивалась подготовка к повороту, вход в поворот, ведение лыж по дуге, выход из поворота, а также умение переносить массу тела с одной лыжи на другую.

Экспертная оценка была проведена по 38 показателям технической подготовленности. Каждый эксперт, наблюдая за студентами, оценивал их техническую подготовленность в передвижении на лыжах определенным способом, выставляя оценку в протокол. Затем их оценки суммировались и выводился средний результат.

Данные обрабатывались с помощью прикладной программы R version 3.0.2

Наиболее высокие оценки имели место за выполнение занимающимися технически простых и доступных способов подъемов «полуелочкой» (3,64±0,62 балла), «елочкой» (3,59±0,58 балла), «лесенкой» (3,67±0,55 балла); способов спуска в основной (3,57±0,53 балла), высокой (3,24±0,49 балла), низкой (3,42±0,53 балла) стойках; поворотов на месте вокруг пяток (3,43±0,51 балла) и носков (2,87±0,39 балла) лыж. Обращает на себя внимание тот факт, что студенты недостаточно владели техникой скользящего шага – основой техники лыжных ходов (2,48±0,50 балла). В этой связи наиболее низкие экспертные оценки были зафиксированы за технику выполнения наиболее технически сложного и одного из основных способов передвижения – попеременного двухшажного хода (2,13±0,38 балла); одновременного одношажного (основной вариант) (2,24±0,53 балла); одновременного одношажного (скоростной вариант) (2,44±0,57 балла); одновременного двухшажного

(2,42±0,56 балла). У исследуемых практически отсутствовали навыки владения попеременным четырехшажным ходом, коньковыми лыжными ходами, переходами с одновременных ходов на попеременные.

По нашему мнению, данное положение объясняется в первую очередь слабой организацией учебного процесса по лыжной подготовке в учреждениях общего среднего образования, неустойчивым снежным покровом на территории Республики Беларусь на протяжении последних лет.

Таким образом, студенты испытывали явные затруднения в выполнении технических действий на лыжах, входящих в содержание школьной программы по физической культуре и здоровью для учащихся учреждений общего среднего образования. Это указало на необходимость овладения «школой лыжника» будущими тренерами по видам спорта в процессе проведения занятий по дисциплине «Лыжный спорт и методика преподавания» в силу их низкого уровня технической подготовленности.

Литература.

1. Антонова, О. Н., Кузнецова В. С. Лыжная подготовка. Методика преподавания: учеб. пособие для студентов средних педагогических учебных заведений / О. Н. Антонова, В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 208 с.

2. Бутин, И.М. Лыжный спорт: учебник для студентов педагогических институтов. – М.: Просвещение, 1983. – 336 с.

3. Спортивная метрология: учебник для ин-тов физ. культуры / под ред. В. М. Зациорского. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.

4. Барков, В. А. Оценка технической подготовленности школьников при занятиях лыжным спортом / В. А. Барков, Ю. В. Сак // Фізична культура і здороўе. – 2001. – № 1. – С. 24–60.

5. Лыжные гонки. Теория и методика обучения в лыжных гонках: учеб. пособие / Н. А. Демко [и др.]; под. ред. Н. А. Демко. – Изд. 3-е., стер. – Минск: БГУФК, 2012. – 298 с.

УДК 769.011.1:37.016

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Стальмах А.В., Ткачёнок А.С., Обухова К.А., Пальвинский Е.Ю.

УО «Витебский государственный университет им. П. М. Машерова»,

г. Витебск, Республика Беларусь

В современном образовательном контексте обеспечение здоровьесберегающей среды становится все более актуальной исходной точкой для формирования качественной образовательной практики. Взаимосвязь между здоровьем и обучением приобретает ключевое значение, поскольку благополучие обучающихся и эффективность образовательного процесса тесно взаимосвязаны. В данной статье рассматриваются актуальные проблемы, связанные с формированием здоровьесберегающей среды в образовательном пространстве, а также выявляется их влияние на процесс обучения и развития обучающихся.

Цель данной работы заключается в проведении социального исследования с помощью метода анкетирования студентов и учащихся в разных учреждениях образования на предмет их отношения к здоровьесберегающей среде в школах и вузах.

Материалами и методами нашей работы послужили статистические данные, полученные в ходе проведения социального опроса «Актуальные проблемы формирования здоровьесберегающей среды в образовательном пространстве», созданного с помощью платформы Google Forms. В исследовании принимали участие обучающиеся в высших