

МЕТОДИКА И ПРАКТИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Утепов Азиз Адилевич,

Ўзбекского государственного университета физического воспитания и спорта Нукусский филиал Соискатель кафедры теории физического воспитания и гуманитарных наук

Аннотация: В данной статье речь пойдет о теории и практике физической культуры, являющейся одной из актуальных в настоящее время проблем. В частности, раскрыты методологические основы педагогики физической культуры, уровни изученности, сущность теоретико-практических концепций, разработанных зарубежными и отечественными педагогами. Кроме того, представлены мнения о методике спортивной деятельности, технике освоения данной деятельности.

Ключевые слова: двигательные действия, воспитания, образования, учебных задач, практическая реализация, обучение, занятий упражнения, механического движений, специфических способов, наглядного воспроизведения, зрительное и звуковое восприятие, действия, эмоциональные состояния.

SPORT FAOLIYATINING NAZARIY-AMALIY ASOSLARI

Uteпов Aziz Adilovich,

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Nukus filiali
Jismoniy tarbiya nazariyasi va gumanitar fanlar kafedrasi tadqiqotchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada hozirgi kunda dolzarb muammolardan biri sanalgan jismoniy madaniyat nazariyasi hamda amaliyoti haqida so'z boradi. Jumladan jismoniy madaniyat pedagogikasining metodologik asoslari, o'rganilganlik darajalari, xorij hamda mamlakatimiz pedagoglari tomonidan ishlab chiqilgan nazariy-amaliy konsepsiyalar mohiyati ochib berilgan. Bundan tashqari sport faoliyatining metodikasi, mazkur faoliyatni o'zlashtirish texnikasi haqida fikrlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: motor harakatlar, ta'lim, o'quv vazifalari, amaliy faoliyat, o'qitish usullari, mashqlar texnikasi, mexanik harakatlar, innovatsion usullar, vizual takrorlash, vizual va tovushni idrok etish, maqsad, hissiy holatlar.

METHODOLOGY AND PRACTICE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ACTIVITIES

Uzbekistan State physical

Nukus branch of the University of education and sports

Theory of physical education and humanities

researcher of the Department of Sciences

Abstract: This article will talk about the theory and practice of Physical Culture, which is one of the current problems. In particular, the methodological foundations of the pedagogy of Physical Culture, the levels of study, the essence of theoretical and practical concepts developed by educators of abroad and our country are revealed. In addition, opinions are presented about the methodology of sports activities, the technique of mastering this activity.

Key words: motor actions, upbringing, education, educational tasks, practical implementation, training, exercises, mechanical movements, specific methods, visual reproduction, visual and sound perception, actions, emotional states.

Введение. Специальные знания и двигательные действия как предметы обучения, воспитания и образования требуют от учителя владения определёнными способами преподавания, от обучаемого - способами учения. Как вести обучаемых от незнания к знанию, от неумения к умению - одна из стержневых задач конструктивной деятельности учителя. Методов, методик, методических приёмов и способов воспитания и образования много, но ни один из них не является универсальным. Знания позволяют правильно ориентироваться в их многообразии и отбирать наиболее эффективные для решения учебных задач.

Практическая реализация принципов, средств и методов контроля подготовленности горнолыжников не имеет системного характера и в большинстве случаев метрологически не обеспечена. Тренеры по горнолыжному спорту не вооружены специфическими методиками контроля подготовленности спортсменов, прошедшими метрологическую поверку.

Методических приёмов много, но учитель на определённом этапе своей деятельности владеет только своими приёмами, которые устаревают, видоизменяются, трансформируются или создаются новые часто различие в уровне преподавания объясняется именно разным объёмом методических приёмов, которыми владеет педагог. Обучение процесс двусторонний: учитель учит, ученики учатся. Специальную систему методов и методических приёмов обучения, иногда и форму организации занятий, созданную для изучения конкретного двигательного действия определённым составом занимающихся, принято называть методикой обучения.

Целесообразность применения метода (методического приёма) обеспечивается соблюдением следующих требований. Научная обоснованность метода обеспечивается оздоровительным, воспитательным и образовательным эффектом от занятий упражнениями. Соответствие поставленной задаче обучения - отсутствие конкретных задач занятия не позволяет правильно подобрать методы обучения. Обеспечение воспитывающего характера обучения - выбранный метод должен обеспечить эффективность обучения, воспитание познавательной активности обучаемого. Недопустимы методы, сковывающие инициативу ученика, требующие от него лишь механического воспроизведения движений. Соответствие принципам обучения - метод обучения обязан опираться на реализацию системы принципов. Недопустимо одностронне толковать связь метода с отдельно взятым принципом.

Соответствие специфике учебного материала - методы обучения одинаковы для всех видов упражнений. Однако каждое из них, в соответствии со своими характеристиками и сложностью, требует специфических способов обучения. Соответствие индивидуальной и групповой подготовленности учащихся - учитываются возрастные закономерности восприятия учебного материала. Наиболее приемлем метод разучивания в целом, но с последующим акцентированием внимания на отдельные элементы. К слабо подготовленному ученику надо применить метод разучивания по частям. Соответствие индивидуальным особенностям и возможностям учителя - каждый обязан владеть методами обучения и воспитания в полном объёме. Однако он владеет привычными для него методами. Соответствие условиям занятий - можно достичь оптимальной моторной плотности занятия при методе разучивания в целом.

Разнообразие методов - ни один из методов не может быть признан единственным и основным. Универсализация любого метода порождает недоверие к нему. Для достижения успеха в обучении применяются разнообразные методы. Следует помнить, что не существует плохих методов. Каждый метод по своему хорош. Плохими их делают методически неподготовленные педагоги. То, что эффективно действует в одних педагогических ситуациях, может оказаться совершенно бесполезным, даже вредным - в других. В педагогической практике необходимо применять систему методов обучения. В ней должны максимально использоваться сильные стороны методов и нейтрализоваться слабые.

Классификация и характеристика методов обучения.

Классификация методов обучения позволяет учителю оценить сходство и различие способов преподавания учебного материала и усвоение его обучаемыми, что необходимо знать при выборе методов для решения задачи. Методы раскрывают процесс обучения с различных сторон. В теории и практике физкультурно - спортивной деятельности распространение получил способ, который отражает специфику учебного материала, требующий от обучаемого знаний и практического овладения двигательным действием.

Классификация методов по способу получения обучаемыми информации подразумевает, что источником информации является учитель. Каждый из методов обучения обладает возможностями для развития познавательной активности обучаемых, что зависит от умения учителя реализовать эти возможности. По способу получения знаний и умений методы обучения делятся на практические методы, методы использования слова, методы наглядного восприятия. Эти группы методов обеспечивают ознакомление обучаемого с изучаемым действием с помощью анализаторных систем организма: ученик слушает, наблюдает, ощущает сам процесс движения. При обучении действиям особое значение приобретают практические методы.

Каждая группа методов представлена несколькими разновидностями, иногда неравноценными по частоте использования в педагогической деятельности. Без команды, объяснения, показа трудно себе представить любое занятие по физической культуре. Метод демонстрации применяется реже. Практические методы обучения основаны на активной двигательной деятельности и разделяются на методы разучивания по частям и в целом на методы игровой и соревновательный. Два метода из разных групп могут совмещаться, так как одно и то же действие может одновременно осваиваться,

например методом разучивания по частям и соревновательным методом. Однако это не даёт оснований для отождествления этих методов.

Методы использования слова при обучении физическим упражнениям.

Методами использования слова учитель осуществляет функции, направленные на конструктивную и организаторскую деятельность, на установление с учениками взаимоотношения. Слово активизирует процесс обучения, так как соответствует формированию полных и отчётливых представлений, помогает осмыслить, активнее воспринимать учебную задачу. Через слово обучаемый получает новые знания, понимая и их терминологическое определение, что во многом определяет его отношение к физическому воспитанию в целом, к изучаемому упражнению в частности. Слово должно быть образным, что повышает его наглядность и доходчивость для ученика. Смысловая функция слова лежит в основе правильного решения проблемы терминологии в физической культуре и спорте. Рассказ - повествовательная форма изложения применяется учителем при организации игровой деятельности учащихся. Описание - способ создания представления о действии. Объяснение - способ развития сознательного отношения к действиям, так как вскрывает основу техники, отвечает на главный вопрос «Почему?» Беседа повышает активность, развивает умение высказывать свои мысли, оценивать проделанную работу. Разбор отличается от беседы тем, что производится после выполнения задания (например, игры). Разбор может быть односторонним, когда его проводит учитель или двусторонним - в виде беседы с учащимися. Задание предусматривает постановку задачи перед занятием или частных задач по его ходу. Учитель объясняет способы выполнения задачи учащиеся выполняют требуемое.

Указание (распоряжение) отличается краткостью и требует безоговорочного исполнения. Акцент учащихся на необходимости выполнения задачи, одновременно повышается уверенность в возможности её выполнения. Оценка - результат анализа выполнения действия. Команда - специфический и наиболее распространённый метод использования слова в физкультурно - спортивной деятельности. Подсчёт - задаёт ученикам необходимый темп выполнения движений. Методы наглядного воспроизведения. Методы наглядного воспроизведения обеспечивают зрительное и звуковое восприятие изучаемого действия. Просмотр и прослушивание темпа и ритма движений создают у учащихся разностороннее представление о действии, рассматривают ориентировочную основу для последующего их воспроизведения. Наглядное восприятие способствует быстрому и прочному усвоению, повышает интерес к изучаемым действиям. Использование методов наглядного восприятия зависит от этапа обучения. На первых этапах они применяются чаще, на этапе совершенствования их используют для исправления ошибок. Рисунки мелом на доске (электронной доске) обладают преимуществом перед плакатами, хотя и не могут их полностью заменить. Последовательно изображая элементы действия, следовательно, поочередно сосредотачивая внимание обучаемых на этих элементах, можно создать запоминающееся представление о последовательности физ. движений, об основе и деталях техники.

Способность учиться рисовать - немаловажный фактор эмоционального и эстетического воздействия на учащихся. Зарисовки, выполняемые обучаемыми в виде контурных фигурок, позволяют графически выразить собственное понимание структуры действия, образно продумывать выполнение, найти свои ошибки. Предметные пособия обладают ограниченными возможностями, оказывают сильное эмоциональное воздействие объёмные и плоскостные шарнирные модели называют демонстрировать движения отдельных звеньев тела, траектории и амплитуды движений, передвижения тела в пространстве, но только в одной плоскости.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Теория и методика физического восприятия и спорта способствует формированию любви к благодарной профессии педагога, учителя, тренера, и организатора, она даёт возможность повышения общей педагогической культуры и спорта. В образовательных учреждениях физической культуре отводят особое место. Она принадлежит к профилирующим дисциплинам, помогает будущим специалистам лучше познать свою профессию, готовить учащихся и студентов к практической деятельности.

Литература:

1. Дорожкин, А.Г. (2015). Методика и практика физкультурно-спортивной деятельности. Биологический вестник Мелитопольского государственного педагогического университета имени Богдана Хмельницкого, 5 (1а), 46-50.
2. Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / Барчуков И. С. – 2013.
3. Кирикович Т. Дидактическая модель профильного обучения / Т. Кирикович, Т. Марчук, Л. Смирнова // Народное образование. – 2009. - №2. – С. 180-186.
4. Неверкович С. Д. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / С. Д. Неверкович [и др.]. М. : Физич. культура, 2006. 528 с.
5. Педагогика физической культуры : учебник / под общ. ред. В. И. Криличевского, А. Г. Семёнова, С. Н. Бекасовой. М. : КноРус, 2012. 320 с.