

ного процесса. Также развитие силы методом СБА не требует применения дополнительных отягощений, что снижает риск травмирования мышц и суставов.

Вывод. Вибротренировка по методу стимуляции биологической активности является эффективным средством ускоренного развития силовых способностей студенческой молодежи.

1. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю. В. Верхошанский. – М. : Советский спорт, 2013. – 216 с.

2. Михеев, А. А. Методика стимуляции биологической активности как фактор, стимулирующий занятия физической культурой / А. А. Михеев, О. А. Михеева, Н. А. Парамонова // Вопросы развития массовых видов спорта, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре : тез. док. фак. науч. конф. по итогам науч.-исслед. работы за 2000 год, Минск, 27 и 29 марта 2001 г. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. акад. физ. культуры, спорт.-пед. фак. МВС. – Минск, 2001. – С. 85.

3. Михеев, А. А. Развитие физических качеств спортсменов с применением метода стимуляции биологической активности организма : дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / А. А. Михеев. – М., 2004. – 424 л.

4. Янпольская, З. С. Влияние упражнений с отягощениями на физическую подготовленность студенток : метод. рекомендации / З. С. Янпольская. – Севастополь : Изд-во СевНТУ, 2005. – 28 с.

Малмыго К.С.

студентка 234 гр., СПФ МВС

Токаревская И.Е.

старший преподаватель

Белорусский государственный университет физической культуры

Минск, Республика Беларусь

РЕАЛИЗАЦИЯ ГУМАНИСТИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ВОСПИТАНИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ

Научный руководитель: Токаревская И.Е., старший преподаватель

Идеи гуманизма имеют длительную предисторию. Мотивы человечности, человеколюбия, мечты о счастье и справедливости можно обнаружить в произведениях устного народного творчества, в литературе, в нравственно-философских и религиозных концепциях различных народов, начиная с глубокой древности.

Эммануил Кант сформулировал положение, выражающее сущность гуманизма – человек может быть для другого человека только целью, но не средством. Гуманизм рассматривается как система воззрений, признающая ценность чело-

века как личности, его права на свободное развитие и проявление своих способностей [1].

В последние десятилетия большое внимание стало уделяться гуманистическому подходу в воспитании. В психолого-педагогической литературе рассматриваются разные аспекты данного подхода.

По мнению одних, гуманность представляет собой совокупность нравственно-психологических свойств личности, выражающих отношение к человеку как высшей ценности [2, 3]. Другие делают акцент на отношении педагога к воспитаннику, в частности проявление любви к ребенку, доброжелательности и дружелюбия, внимательности к нему; проявлении эмпатии, способности к сочувствию и сопереживанию [4]. Третьи выделяют активную позицию педагога: умение понять ребенка, прийти ему на помощь и защитить его [2, 5].

Существуют также противоречивые позиции. С одной стороны, гуманистическая направленность воспитания состоит в выявлении и развитии способностей детей [2, 3, 6–8]. С другой стороны, требования проявления терпимости (толерантности) к чужому мнению, поведению; уважение к позиции воспитанника, даже тогда, когда он отказывается выполнять предъявляемые требования; признание права личности на полный отказ от формирования тех качеств, которые по каким-либо причинам противоречат его убеждениям [6–9]. Общий вывод относительно противоречия может быть такой: педагог не должен злоупотреблять властью более сильного, но должен бороться за лучшее будущее детей вместе с ними.

Лучшее будущее – означает развитие, что соответствует гуманному отношению к личности воспитанника, т. е. действовать в интересах ребенка, выявление и развитие его способностей.

Признание права учащегося на отказ от выполнения требований и формирования качеств, которые противоречат его взглядам представляют собой условия, полностью исключающие развитие. Так попустительский стиль управления не заставляет обучаемого мобилизовывать свои силы и преодолевать себя. Терпимость к глупому мнению (ошибочному взгляду), губительному поведению или вовсе бездействию – это путь не прогрессу, а к регрессу формирующейся личности школьника. Кроме того, воспитание предполагает целенаправленное формирование взглядов, убеждений, идеалов, а также их коррекцию.

Единство требовательности и уважения к личности ребенка Б.Т. Лихачев называет коренным принципом гуманной педагогики. Овладение жизненным опытом всегда было, есть и будет для детей серьезным трудом. Становление ребенка социально ценной личностью происходит только в условиях преодоления внешних и внутренних препятствий, волевого стимулирования, самоопределения и самоограничения. Поэтому вопрос не в том, надо ли организовывать детское развитие как преодоление препятствий и труд, а в том, как сделать этот труд желанным и радостным. Решение проблемы достигается путем включения в детскую деятельность стимулов их собственную волю, умение преодолевать

себя, свою лень, в гармоническом сочетании с пробуждением интереса. Интерес ребенка к делу проявляется как под влиянием внешних причин: любопытство, увлечение новизной; так и развитием внутреннего стремления к радости преодоления и самоутверждения [7].

Данный подход находит отражение в методах стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности по классификации Ю.К. Бабанского через интерес и формирование чувства долга и ответственности в учении [10].

По Ю.К. Бабанскому существуют два подхода в стимулировании и мотивации учения. Первый путем стимулирования и мотивации интереса в учении; второй – чувства долга и ответственности в учении.

Заложенные в ребенке природой задатки могут быть развиты, преобразованы в самые разнообразные способности в процессе организованной деятельности. Но наиболее эффективного развития интеллектуальные, эмоциональные, волевые и физические силы человека достигают в результате целенаправленного обучения и воспитания [2, 7].

Уроки физической культуры и здоровья занимают ведущее положение в решении задач физического воспитания, так как основным средством обучения является двигательная деятельность. Организуя педагогический процесс в период педагогической практики, студенты должны комплексно решать задачи обучения (образовательные, воспитывающие и развивающие). В реальных условиях школьной жизни мы столкнулись с проблемой низкого уровня физического развития и низкой активности пятиклассников. Поэтому в качестве главной цели воспитательной работы выбрано: «Содействие повышению уровня физического развития учащихся класса».

Как известно развитие происходит в деятельности. Поэтому на уроках физической культуры и здоровья условием эффективного физического развития является двигательная деятельность высокой активности.

Причинами низкой активности пятиклассников на уроках физической культуры и здоровья, оказались следующие:

- отсутствие интереса к урокам физической культуры;
- отказ выполнять физические упражнения из-за неуверенности в себе, чувства страха, нежелания показать себя слабым;
- сложность упражнений;
- не считают значимыми уроки физической культуры и здоровья;
- низкий уровень физической подготовленности;
- неуважительное отношение к учителю.

Для достижения поставленной цели были определены задачи:

- 1) вызвать интерес к урокам физической культуры и здоровья;
- 2) ознакомить обучаемых с требованиями к поведению на уроках физической культуры и здоровья;
- 3) стимулировать активность учащихся на уроках.

В соответствии с методами стимулирования и мотивации интереса к учению по Ю.К. Бабанскому мы осуществляли поиск повышения активности через внешние стимулы, такие как новизна, соревновательный, игровой метод, создание ситуации успеха.

В подготовительной части урока: новизна строевых упражнений, на внимание; оригинальные, постоянно обновляющиеся ОРУ. В основной части урока: новизна в подводящих, подготовительных упражнениях, усложненных вариантах упражнений программы; элементы соревнования (кто быстрее освоит технику конкретного двигательного действия?). В заключительной части – игра, отметки, бонусы.

Особое внимание следует уделить такому методу обучения, как создание ситуации успеха: посильные учебные задания для детей разного уровня физической подготовленности; помощь в выполнении сложных для данного ученика двигательных действий. Подобные методы позволили создать условия для преодоления страха и включиться в двигательную деятельность сначала осторожно, а затем более уверенно и наконец смело. Усложненные варианты двигательных действий для более физически развитых вызывали у детей интерес и желание освоить нечто новое необычное.

Большое значение в повышении эффективности процесса обучения имеет соблюдение дисциплины. В этой связи учащихся необходимо было ознакомить с правилами поведения на уроках физической культуры и здоровья, которые представлены в следующих требованиях:

- 1) на урок приходите вовремя, в форме, опрятно одетыми и причесанными;
- 2) внимательно слушать учителя;
- 3) распоряжения учителя выполнять с первого предъявления;
- 4) точно выполнять методические указания;
- 5) вдумчиво, старательно, ответственно выполнять учебные задания.

Смысл предъявления требований к ученику:

- 1) учитель добивается качества выполняемого учебного задания (письма, чтения, решения уравнения, двигательного действия);
- 2) обеспечить высокую активность ученика при выполнении учебного задания (интеллектуально, волевой, эмоциональной, физической).

Б.Т. Лихачев, опираясь на возрастные особенности подростков, показал, что у подростков еще недостаточно развита воля и потому между сознанием и поведением существует разрыв – противоречие, которое можно разрешить с помощью педагогического требования и четкой организации деятельности [7].

Часто понимая смысл требований подростки не выполняют их, по причине недостаточного уровня развития волевой сферы и без внешнего стимула не могут преодолеть себя.

Поэтому требования необходимо не только предъявлять, но и разъяснять для того, чтобы оно было не только внутренне принято, но и выполнено. Точное выполнение методических указаний учителя позволяет своевременно исправить

ошибку. Вдумчивое, старательное выполнение упражнений в соответствии с требованиями учителя позволяет не только осуществлять самоконтроль и самокоррекцию изучаемого, но и создает условия для произвольного управления своей активностью.

На основании вышеизложенного установлено, что с целью поддержания высокой активности учащихся на уроках физической культуры и здоровья требования необходимо предъявлять. Однако в реальных условиях школьной жизни возник вопрос, какие педагогические требования более эффективны: прямые или косвенные?

Практика показала, что предъявления прямых требований в виде указания, приказа, распоряжения на начальном этапе взаимодействия с детьми оказались неэффективными. Поэтому каждое прямое требование необходимо было разъяснять, что позволило обеспечить внутреннее принятие последнего и соответственно выполнение его. В дальнейшем, спустя две недели достаточным стало предъявление косвенных требований в виде: напоминание, просьбы, намек, совет, так как произошло приучение к выполнению требований.

Результаты:

- 1) появился интерес к урокам физической культуры и здоровья;
- 2) повысилась активность учащихся;
- 3) улучшились показатели физической подготовленности пятиклассников;
- 4) удалось заслужить уважение учащихся.

На основании вышеизложенного можно сделать общий вывод – гуманистический подход был реализован внешней и внутренней активностью учащихся:

- в качестве внешних стимулов были использованы интересные, оригинальные упражнения и задания, занимательные игры;
- понимание необходимости выполнения требований учителя, которое пришло через разъяснение их смысла и значения, вызвало чувство долга и ответственности, которое является внутренним стимулом активности учащихся;
- подготовка урока должна осуществляться в поисках эффективных средств физического воспитания учащихся, относительно интереса, уровня физической подготовленности, а также четкой организации деятельности обучаемых на уроке.

1. Философский словарь Владимира Соловьёва. – Ростов н/Д : Феникс, 2000. – 464 с.
2. Сластенин, В. А. Педагогика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов ; под ред. В. А. Сластенина. – М. : Академия, 2013. – 576 с.
3. Педагогика : учебник для бакалавров / Л. П. Крившенко [и др.] ; под ред. Л. П. Крившенко. – 2-е изд., перераб.и доп. – М. : Проспект, 2013. – 488 с.
4. Педагогика: Краткий курс : учеб. пособие / М. Н. Недвецкая [и др.]. – М. : Перспектива, 2013. – 408 с.
5. Степаненков, Н. К. Педагогика школы : учеб. пособие / Н. К. Степаненков. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2007. – 496 с.

6. Безрукова, В. С. Педагогика : учеб. пособие / В. С. Безрукова. – Ростов н/Д : Феникс, 2013. – 381 с.
7. Лихачев, Б. Т. Педагогика : курс лекций / Б. Т. Лихачев ; под ред. В. А. Сластенина. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 647 с. – (Педагогическое наследие).
8. Амонашвили, Ш. А. Размышления о гуманной педагогике / Ш. А. Амонашвили. – М. : Изд. дом Шалвы Амонашвили, 1995. – 496 с.
9. Подласый, И. П. Педагогика : учебник / И. П. Подласый. – М. : Высшее образование, 2006. – 540 с.
10. Педагогика : учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / Ю. К. Бабанский [и др.] ; под ред. Ю. К. Бабанского. – 2-е изд., доп. и перераб. – М. : Просвещение, 1988. – 479 с.

Матраева Е.С.

студентка 221 гр., СПФ МВС

Карась А.Л.

старший преподаватель

Макарова М.В.

старший преподаватель

Белорусский государственный университет физической культуры

Минск, Республика Беларусь

АНАЛИЗ ВЫСТУПЛЕНИЙ ЛИДЕРОВ БЕЛОРУССКОЙ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ В 2020–2022 ГГ.

Научные руководители: Карась А.Л., старший преподаватель;

Макарова М.В., старший преподаватель

Введение. Художественная гимнастика – олимпийский вид спорта, заключающийся в выполнении под музыку различных танцевальных движений и гимнастических элементов без предмета, а также с предметами (рисунок 1) (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).

В последнее время выступления без предмета не проводятся на соревнованиях мирового класса. В групповых выступлениях используются или один предмет (например, пять мячей, пять пар булав, пять обручей), или одновременно два вида предметов (например, обручи и булавы, ленты и мячи, скакалки и мячи). Победители определяются в многоборье, в отдельных видах и групповых упражнениях.

Художественная гимнастика – сравнительно молодой вид спорта. Своим появлением он



Рисунок 1 – Предметы художественной гимнастики