



Теоретико-методическое обоснование инновационных технологий обучения физкультурно-спортивным двигательным действиям

Сидорова Т. В., Багиянц С. А.

Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, Украина

Аннотация. По усовершенствованной технологии обучения лыжным ходам рекомендуется обучение строго на основе деятельностного подхода, что позволяет все элементы техники передвижения рассматривать не как изолированные друг от друга операции, а как средство построения целевой и смысловой организации системы движения в целом.

Ключевые слова: обучение, целостный метод, двигательные действия, системная целостность.

Введение. Традиционная педагогика утверждает о том, что основное содержание образования – это передача знаний, умений, навыков. Для осуществления этого процесса используются методы обучения, ставшие каноническими – слова, наглядности и упражнения (практический метод). Современная система образования предусматривает переход к другим элементам образовательного процесса – обучать творческим методам, рациональным и более эффективным способам деятельности, определять и развивать проектно-технологические компетенции, выдвигать и переходить к новым педагогическим парадигмам. Известно, что парадигмы выступают в качестве основных принципов познавательно-технологической деятельности и источником разработки методов обучения, ориентированных на человека, а не на предмет его деятельности, на признание ценности человеческой индивидуальности.

Цель: определить ускоренную, эффективную методику обучения двигательным действиям.

Методы исследования: теоретический анализ, обобщение, системный анализ.



Результаты исследования и их обсуждение. В сфере физического воспитания и спорта предметом обучения являются двигательные действия. Процесс обучения двигательным действиям как правило используется метод расчлененного аналитического обучения – освоение техники двигательного действия осуществляется по частям, по операциям, в соответствии с принципом от простого к сложному. При этом рекомендуется использовать метод демонстрационного объяснения, имитации элементов техники движения (пробных операций, идеомоторных представлений, фиксации граничных фаз элементов техники, ситуационный анализ опорных пунктов внимания (позное моделирование элементов движения) [3, 4, 5].

Так, например, при обучении технике попеременного двухшажного хода в лыжном спорте классической последовательностью освоения техники данного хода рекомендуется следующая последовательность: освоение стойки лыжника, имитация работы рук на месте, имитация скользящего шага на месте, освоение скользящего шага в движении без палок, выполнение скользящего шага с палками, взяв их за середину, имитация отталкивания палками при движении ступающим шагом (волочащиеся палки), выполнение попеременного двухшажного хода в полной координации.

Так, при обучении попеременному двухшажному ходу целостным методом рекомендуется придерживаться естественных локомоторных движений при ходьбе и беге. Соответственно в процессе обучения этому ходу движение начинается с обычной ходьбы на лыжах с разноименной работой рук, далее переходить к бегу на лыжах с постепенным включением скользящего шага. При сбое все повторяется снова. Таким образом, целевая организация системы движений осуществляется от крупных подсистем к ее элементам, т.е. после освоения целостной структуры двигательного действия можно переходить к совершенствованию элементов техники, но при условии выполнения целостного действия [1].

Предложенная технология, позволяет обучаемому перейти от формата «обучаемого» к статусу «осваивающего технику, метод «обучения действиям» заменяется методом «обучения с помощью действия». В процессе деятельностного подхода все элементы техники рассматриваются не как изолированные друг от друга операции, а как средства построения целевой и смысловой организации системы движений в целом, позволяющей эффективно решить основную двигательную задачу. Осознание целей и осмысление значений операционных составляющих целостного двигательного действия требуют от обучаемого повышения его активности, самоанализа и самоконтроля.

Такая технология обучения позволяет сохранить системную целостность двигатель-



ного действия, повысит техническую адекватность упражнения, длительность обучения существенно сокращается. Но при этом возрастает как функциональная, так и психоэмоциональная нагрузка на обучаемого.

Исходя из изложенного можно заключить, что при совершенствовании методики обучения двигательным действиям, необходимо изменять не совокупность (состав) элементов систем двигательного действия, а принцип организации (системы управления) выполнением двигательного действия в целом.

Это дает возможность осуществить переход от механики по операционной системы построения движений к организации (самоорганизации) целостных двигательных действий обучаемого. В последующем, при совершенствовании техники двигательного действия необходимо использовать личностно-ориентированный подход, основанный на учете психологической, физической и функциональной готовности обучаемого к совершенствованию (самосовершенствованию). Определяющей ценностью этого подхода является обучаемый человек, его достоинства, стремление к творчеству, ориентированность на индивидуальность процессов самопознания, самовыживания, самореализации. Основная педагогическая стратегия данного подхода – это стратегия активного сотрудничества педагога и студента.

Выводы. На современном этапе совершенствования образовательного процесса широко используемый информационный подход, основанный на передаче знаний, формирования умений и навыков, дополняется более прогрессивными формами обучения – деятельностным и личностно ориентированным подходом, на основе творческого сотрудничества преподавателя и обучающегося.

Список использованной литературы.

1. Ажиппо О.Ю. *Орієнтація тренувального процесу кваліфікованих лижників-гонщиків з урахуванням особово-типологічних особливостей фізичної підготовленості*: автореф. дис... канд. наук с фіз. вих. и спорта: 24.00.01. Л., 2001. 22 с.
2. Гавердовский Ю.К. *Обучение спортивным упражнениям. Биология.Методология. Дидактика*. М.: Физкультура и спорт, 2007. 911 с.
3. Дрозд О.В. *Фізичний стан студентської молоді Західного регіону У країни та його корекція засобами фізичного виховання*: автореф. дис. канд. наук фіз. вих.: 24.00.02. Волинськ. держ. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 1998. 17 с.
4. Малімон О.О. *Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів*:



Фізична культура, спорт та здоров'я
XVII Міжнародна науково-практична конференція, 7-8 грудня 2017

автореф. дис канд. наук з ф. в. і с.: 24.00.02. Луцьк, 1999. 19 с.

5. Марева Н.В. *Основы педагогического мастерства*. М.: Просвещение, 2006. 320 с.