

А. А. Тимофеев, доц., канд. пед. наук (БГТУ, г. Минск)

ЭФФЕКТИВНАЯ МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ

Каждый выпускник вуза обязан овладеть определённой суммой теоретических знаний и использовать их в повседневной практической работе по укреплению своего здоровья и развитию физических качеств. Однако на практике этого не происходит. В настоящей работе стояла задача усовершенствовать форму получения и закрепления теоретических знаний в процессе занятий по физическому воспитанию студентов. Для этого наиболее важная часть информации, которую излагал преподаватель, дробилась и заносилась в отдельные карточки. По каждой теме создавался массив карточек. В дальнейшем, в процессе опроса студентов (в момент повторения изученного материала), занимающиеся должны были с помощью карточек построить алгоритм решения задачи, то есть разложить карточки в правильной последовательности. Например, на вопрос: «Изложить последовательность упражнений в комплексе утренней зарядки?», студент при положительном ответе должен на первое место поставить карточку с текстом: «Медленный бег», на второе – «Ходьба и упражнение на дыхание». Далее последовательно будут располагаться карточки с текстами: «Упражнение для мышц плечевого пояса»; «Упражнения для мышц туловища»; «Упражнения для мышц нижних конечностей» и так далее. Проверка знаний указанным выше способом осуществлялась индивидуально или в группе занимающихся. При групповом опросе закрепление материала проводилось по принципу игры в «домино», а именно, карточки с текстами укладывались поочерёдно всеми участниками в правильной последовательности. В случае, если у играющего нет нужной карточки, допускался пропуск хода, а право на очередной ход передавалось следующему студенту. Предложенная методика имеет ряд преимуществ по сравнению с традиционными. Во-первых, в процессе познания, помимо слухового анализатора, активно функционирует зрительный анализатор. Во-вторых, накопление знаний осуществляется в игровой форме, это создаёт положительный эмоциональный фон для активной мыслительной деятельности, и в-третьих, многократная работа с карточками способствует быстрой проработке и запоминанию учебного материала.