

данными студентов, а также с физиологическими особенностями организма у юношей первых и вторых курсов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000. — 448 с.
2. Кусякова, Р. Ф. Организация спортивно-оздоровительных групп по интересам для улучшения учебного процесса / Р.Ф. Кусякова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта Пермского края ; мат. регион, науч.-практ. конф. (29-30 июня 2005 г.). - Пермь, 2005. - С. 25-26.
3. Корпенеев, А. Г. Двигательная координация человека в спортивных упражнениях баллистического типа / А.Г. Корпенеев. – Омск : СибГАФК, 2001. – 322 с.

УДК 378.147.227

Н.С. Бурло, ст. преп.;
В.В. Юдина, ст. преп.
(БГПУ им. М. Танка, г. Минск)

ЗНАЧЕНИЕ ГИМНАСТИКИ И МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Гимнастика в современном мире имеет огромное значение для формирования физических качеств каждого ребенка с самого его рождения. Начиная с 3-х летнего возраста многие, родители выбирают данный вид спорта для укрепления мышечного корсета и формирования эстетики и грации, особенно у девушек. Заниматься гимнастикой – не означает выбирать спорт высоких достижений, гимнастика является основой для многих физических упражнений, которые влияют на физическое развитие ребенка.

Гимнастика – система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, гармоничного физического воспитания и совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости [2]. Согласно этому определению можно говорить о значимости гимнастики в области физической культуры и спорта на высоком уровне.

Начиная с дошкольного возраста гимнастикой, дети начинают заниматься в дошкольных учреждениях образования, после в школах, средне-специальных учреждениях, а также в высших учебных заведениях.

Согласно программе, утверждённой Министерством образования РБ, «Физическая культура и здоровье» для учреждений общего среднего образования, гимнастика входит в учебный процесс во второй четверти, не менее чем 8 уроков согласно календарно-тематическому планированию [3]. В зависимости от возрастной категории и возможности материально-технической базы, преподаватель физической культуры и здоровья выбирает какое количество уроков он будет проводить по учебному разделу гимнастика.

Материал для изучения разнообразен, начиная с теоритических сведений, плавно переходящих к практическому выполнению.

В программу для изучения раздела гимнастика входят такие упражнения, как: строевые упражнения, упражнения для формирования правильной осанки, напрыгивания и спрыгивания, опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне, висы, упоры, лазание по канату в два приема, акробатические упражнения, упражнения для формирования рельефа различных групп мышц [3].

Согласно требованиям для изучения раздела гимнастики в учреждениях общего среднего образования, факультет физического воспитания составляет учебную программу по «Гимнастике и методике преподавания» согласно перечню упражнений, которыми должен владеть учитель физической культуры и здоровья в средней школе.

Обучение студентов факультета физического воспитания, БГПУ им. М. Танка по данной учебной дисциплине составляет 2 года. Изучение материала более раскрытое и точное для эффективности преподавания и возможности разъяснения на уроках физической культуры и здоровья.

Студенты изучают теоретические и практические способы и методы преподавания учебного материала на уроках физической культуры и здоровья, а также выполняют все упражнения для лучшего восприятия данного предмета и более эффективного умения его преподавать в общеобразовательном учреждении. В программу по дануой учебной дисциплине входят такие темы занятий, как: история, средства и виды гимнастики, построения, передвижения, перестроения, размыкания, смыкания, общеразвивающие упражнения (ОРУ) без предметов, способы проведения ОРУ, ОРУ в различных исходных положениях, вольные упражнения на 32 и 48 счетов, методика обучения

и способы проведения общеразвивающих упражнений (ОРУ), основные группы прикладных упражнений, прикладные упражнения, разновидности ходьбы, бега, упражнения аэробики и ритмической гимнастики, ОРУ с предметами, ОРУ в различных исходных положениях, ОРУ на развитие физических качеств, прыжки, упражнения на гимнастических снарядах, опорные прыжки, акробатические упражнения, игры и эстафеты, круговая тренировка, организация, проведение и судейство соревнований по гимнастике [1].

На протяжении изучения учебной дисциплины студенты сдают промежуточные рейтинговые задания, выполняя их практически для закрепления знаний, полученных во время изучения предмета. В конце 1 курса, студенты сдают зачет по данной учебной дисциплине. В конце завершения обучения по данной учебной дисциплине, студенты проводят урок по гимнастике.

Студенту предлагается тема урока и возрастная категория учащихся в средней школе, например, тема обучить «Опорному прыжку через козла, способом ноги врозь и согнув ноги» для учащихся 8 класса.

Студент, должен продемонстрировать урок по данной теме, длительностью 45 минут, моторной плотность не менее 60 %, согласно составленному теме урока плану-конспекту. Студент полностью выполняет согласно плану-конспекту поставленные задачи урока, соблюдая последовательность теории и методике проведения урока в общеобразовательной школе, по учебному предмету физическая культура и здоровье. После на 2 курсе студенты сдают экзамен по данному учебному предмету.

По завершению учения данной учебной дисциплине В результате изучения учебной дисциплины «Гимнастика и методика преподавания» студент должен знать: - основные понятия в методике обучения гимнастическим упражнениям; - причины и механизмы типичных ошибок при обучении; - технику выполнения и дидактические особенности методов, средств и педагогических приемов обучения гимнастическим упражнениям; - терминологию, эволюцию, содержание и развитие видов

гимнастики; - принципы, формы, организацию и особенности занятий гимнастикой с различным контингентом занимающихся;

В результате изучения учебной дисциплины «Гимнастика и методика преподавания» студент должен уметь: - проводить строевые, прикладные, акробатические и ОРУ упражнения;- объяснять и демонстрировать технику выполнения упражнений, страховать, оказывать помощь, осуществлять контроль и управлять процессом обучения; -

разрабатывать документы планирования, составлять комплексы упражнений с развивающей и оздоровительной направленностью; - использовать разнообразные формы занятий, подбирать средства и методы с учетом возрастных, морфофункциональных индивидуальных особенностей, уровня физической и технической подготовленности занимающихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Давидович, А. В. Методика обучения гимнастическим упражнениям : учеб.-метод. пособие / А. В. Давидович, Е. В. Юхновская. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2018. – 117 с.
2. Гимнастика: методика преподавания : учеб. для высш. образования по специальностям физ. культуры, спорта и туризма / под общ. ред. В. М. Миронова. – Минск : Новое знание, 2013. – 336 с.
3. Образовательный портал. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://adu.by/ru/300-obrazovatel-nyj-protsess-2022-2023-uchebnyj-god.html>. – Дата доступа: 15.01.2023

УДК 378.147.88

Н.С. Бурло, ст. преп.;
Е.А. Азарова, ст. преп.
(БГПУ им. М. Танка, г. Минск)

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ УЛИЧНЫХ ТРЕНАЖЕРОВ НА ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

В современном обществе активно стало пропагандироваться использование тренажеров и спортивных площадок на открытом воздухе. Преобразование парков, скверов и других площадок на территории города стало активно проходить в начале 2013-2015 годах. Первая такая площадка на территории города Минска была открыта по улице Филимонова, на данный момент спортивных площадок с установленными тренажёрами насчитывается в Минске более 70 штук. В Республике Беларусь уже установлено более 800 приспособленных площадок с использованием уличных тренажеров.

Главная цель использования и подбора возможности применения учебной программы по Спортивно-педагогическому совершенствованию на данных тренажерах. Использую современные тренажеры и методику применения Workout тренировки преподавателями решается основная задача по привлечению студентов к активному и