

циклов, вывода индивидуальной и групповой модели спортсмена на высокий уровень и позволяющие тем самым принести своей команде заслуженные награды. Ведь спортсмены выигрывают не только индивидуально, но и командно, а значит баллы, полученные за гонку, принесут победу городу, области, стране. Методика тестирования может быть использована для осуществления мониторинга тренировочного процесса на различных этапах подготовки, а также привнесет единство требований ко всем спортсменам, вне зависимости от их спортивных достижений.

Список использованных источников

1. Технология отбора и ориентации гребцов на байдарках и каноэ в системе многолетней подготовки : пособие : в 2 ч. / В. Ю. Давыдов [и др.]. – Мозырь : МГПУ им. И.П. Шамякина, 2015. – Ч. 2. – 320 с.
2. Кобзев, В. А. Возрастные морфофункциональные модели 9–18-летних спортсменов, адаптированных к физическим нагрузкам максимальной, субмаксимальной и большой мощности : автореф. дис. ... д-ра мед. наук : 14.00.17 / В.А. Кобзев ; Санкт-Пет. науч.- исслед. ин-т физ. культуры. – СПб., 1996. – 36 с.
3. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
4. Рыбаков, В.В. Метатеоретическое исследование проблемы управления спортивной подготовкой / В.В. Рыбаков, А.В. Уфимцев, А.И. Федоров // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 2. – С. 2–5.
5. Управление спортивной подготовкой: теоретико-методологические основания / В.В. Рыбаков [и др.]. – М. : СпортАкадемПресс ; Челябинск : ЧелГУ; ЧГНОЦ УрО РАО, 2003. – 480 с.
6. Солодков, А.С. Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная : учеб. / А.С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – М. : Советский спорт, 2012. – 620 с.

УДК 378.178

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ СЧАСТЬЯ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Лю Я

УО «Мозырский государственный педагогический университет
имени И.П. Шамякина» (г. Мозырь)

Внедрение физического воспитания в учебный процесс может позволить учащимся получить больше знаний, улучшить свою физическую форму, улучшить свой технический уровень, получить удовольствие от спорта и воспитать положительное отношение к спорту на долгие годы за ограниченное время.

Целью нашей работы являлось рассмотрение возможности реализации образования счастья на уроках физкультуры.

После многих лет практики преподавания физического воспитания и в сочетании с особенностями курсов физического воспитания выдвигаются следующие предложения:

1. Избранные учебники. Строгий выбор содержания обучения является основой для реализации счастливых видов спорта.

Учебные материалы должны не только соответствовать физическим и психическим особенностям учащихся, но также учитывать спортивные интересы учащихся и отвечать их реальным спортивным потребностям. На курсах физического воспитания много учебного материала и невозможно научить всему за короткий период времени, поэтому выбор учебных материалов очень важен. Практический контент должен выбираться для преподавания с учетом подготовки и потребностей учащихся. Если взять в качестве примера баскетбол, то девочки в навыках передачи могут сосредоточиться на обучении ведению, внезапному старту и остановке, а также на смене рук перед телом для ведения, при ведении под ступеньку, развороте после ведения, ведении за мячом и т. д. Движения относительно трудны и носят лишь ознакомительный характер, способов ознакомления с мячом немало. Вы можете часто менять содержание тренировок, чтобы повысить мотивацию учащихся к тренировкам: некоторые комплексные упражнения, такие как бег к корзине, короткие передачи и быстрые перерывы, могут не только улучшить технический и тактический уровень, но и улучшить физическую подготовку. Эти упражнения следует практиковать неоднократно, чтобы учащиеся могли применять то, чему они научились, и лучше выступать на соревнованиях.

2. Повышение профессионального качества учителей. Более профессиональные учителя и более строгие стандарты преподавания являются основой счастливого спорта.

Стандарты преподавания учителей и изящные демонстрации доставляют учащимся визуальное удовольствие; простые для понимания объяснения, разумное расположение содержания курса и разнообразные методы практики могут привлечь интерес учащихся к обучению. Как учитель физкультуры, вы должны регулярно заниматься спортом, быть знакомым с различными спортивными мероприятиями, а также поддерживать хорошее здоровье и уровень физической активности. Кроме того, своевременное обнаружение и исправление учителями неправильных действий учащихся во время учебного процесса и воодушевление учащихся на обучение могут повысить эффективность обучения учащихся и стимулировать энтузиазм учащихся к обучению; добавление соответствующих спортивных игр в урок может повысить степень участия учащихся и счастье.

3. Освоить поэтапный принцип обучения, чтобы учащиеся могли учиться в непринужденной и комфортной атмосфере.

Принцип поэтапного обучения на уроках физического воспитания означает, что в педагогической деятельности учителя должны постепенно совершенствовать содержание обучения и требования в соответствии с реальным положением учащихся, чтобы помочь учащимся постепенно овладеть навыками и улучшить физическую подготовленность. Чтобы повысить радость и интерес учащихся к урокам физкультуры, можно использовать следующие приёмы:

- разумные цели обучения. При составлении планов обучения учителя должны устанавливать разумные цели обучения, основанные на реальной ситуации и уровне способностей учащихся. Цели должны быть сложными, но в то же время достижимыми, чтобы учащиеся могли работать над их достижением, тем самым повышая свою уверенность и интерес;

- разнообразные методы обучения. Использование разнообразных методов обучения может поддерживать интерес и вовлеченность учащихся. Например, обучение может осуществляться посредством игр, соревнований, командной работы и т. д. Эти методы могут помочь учащимся лучше понять и освоить двигательные навыки, а также повысить их интерес к обучению;

- постепенное увеличение сложности: в процессе обучения учителя могут постепенно увеличивать сложность, например, усложняя движения, увеличивая интенсивность упражнений и т. д., чтобы бросить вызов ученикам и стимулировать их интерес. Но будьте осторожны и не увеличивайте его слишком быстро, иначе учащиеся почувствуют себя неспособными выполнить задание и потеряют интерес;

- своевременная обратная связь и поощрение. Учителя должны предоставлять учащимся своевременную обратную связь и поддержку, чтобы повысить их учебную мотивацию. Успеваемость и прогресс учащихся в классе следует своевременно подтверждать и хвалить, а учащиеся с выдающимися успехами также могут быть вознаграждены, чтобы стимулировать их интерес к обучению.

На занятиях по физическому воспитанию для повышения интереса учащихся педагогам необходимо гибко использовать принцип поэтапного обучения, который может позволить учащимся постепенно овладевать спортивными навыками и совершенствовать свою физическую подготовленность, а также повышать у них интерес и любовь к спортивной деятельности.

4. В полной мере раскрыть главную роль учащихся на уроках физкультуры и заставить учащихся чувствовать себя счастливыми изнутри.

«Счастливый спорт» подчеркивает использование счастливых эмоций на протяжении всего процесса обучения, чтобы учащиеся могли полюбить спорт, развивать свою личность и формировать позитивный настрой.

В учебном процессе следует подчеркивать доминирующее положение учащихся, полностью раскрывать субъективную инициативу учащихся, стимулировать интерес учащихся к спорту.

В процессе обучения учителя могут вовлекать учащихся в процесс принятия решений, например, позволяя им выбирать свои любимые виды спорта, формулировать правила в классе и т. д. Это может дать учащимся почувствовать, что их мнение ценят и уважают, а также может повысить их чувство ответственности и инициативы.

Учителя могут предоставить учащимся больше возможностей для автономии, например, позволяя учащимся самостоятельно организовывать время и порядок занятий, свободно выбирать партнеров и т. д. Это позволяет учащимся более свободно выражать свои мысли и творческие способности, а также позволяет им учиться и исследовать более автономно.

Учителя могут использовать позитивный язык и действия, чтобы поощрять учеников и отмечать их успехи. Например, вы можете сказать ободряющие слова, такие как «Вы хорошо поработали», «Я ценю ваши усилия» или позитивный язык тела, например, похлопать учеников по плечу и обнять их. Это поможет учащимся почувствовать себя признанными и воодушевленными, а также может повысить их уверенность в себе и счастье.

УДК 37.013

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СПОРТСМЕНОВ ГРЕБЦОВ НА БАЙДАРКАХ

А.В. Роик

УО «Мозырский государственный педагогический университет
имени И.П. Шамякина» (г. Мозырь)

Специалисты определяют качество тренировочного процесса спортсменов гребцов на байдарках как степень близости результатов, показанных на тренировках, результату успешного прохождения соревновательной дистанции. Индивидуальный оптимальный вариант тренировочного процесса позволяет достичь максимального спортивного результата за счет реализации своих способностей (физических, психологических и др.).

Подготовка квалифицированных спортсменов, специализирующихся в гребле на байдарках, основана на научно обоснованном подходе при организации учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов, оценки их базисного и текущего функцио-