

Для совершенствования образовательного процесса по лыжному спорту в учреждениях образования учителя физической культуры рекомендуют обратить внимание на широкое и прочное формирование демонстрационных способностей (32,3%) и знаний по методике преподавания (57,6%), улучшение материально-технической базы (10,1%).

Выводы. Проведенный анкетный опрос учителей физической культуры выявил:

- подавляющее большинство специалистов высоко оценивают роль и значение лыжной подготовки для оздоровления, закаливания, физического развития школьников;

- педагоги считают достаточно высоким свой уровень владения знаниями и навыками проведения уроков физической культуры, в том числе и по лыжной подготовке;

- половина респондентов удовлетворены своей подготовкой во время учебы в физкультурном вузе или техникуме;

- при обучении технике передвижения на лыжах важная роль должна отводиться развитию способности к сохранению равновесия, согласованию движений;

- позитивно относясь к специальной лыжной подготовке в бесснежное время, учителя не используют ее во время проведения уроков со школьниками по причине отсутствия специального лыжного инвентаря и учебно-методических рекомендаций по ее проведению.

ЛИТЕРАТУРА

1. Лубышева, Л. И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие / Л. И. Лубышева. – М.: Изд. центр «Академия», 2001. – 240 с.
2. Социология: учеб. пособие для студ. вузов / А. Н. Елсуков [и др.]; Под. ред. А. Н. Елсукова. – 2-е изд., исправ. – Минск: TerraСистемс, 2000. – 544 с.

УДК378.147.091.3:796(476)

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ В КУРСЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ. РОЛЬ ПЕДАГОГА-ТРЕНЕРА В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

Смоляков Ю. Т., Ольшевский А. Н., Черва А. В.

Белорусский национальный технический университет
г. Минск, Республика Беларусь

Основной задачей курса спортивного совершенствования в высших учебных заведениях является повышение спортивно-технического мастерства молодежи.

В настоящее время студенческий спорт, приобретая все более массовый характер, становится могучим средством воспитания молодых специалистов.

Как показывают современные исследования, занятия спортом, укрепляя здоровье и совершенствуя физические качества студентов, стимулируют повышение умственной и мыслительной деятельности занимающихся.

В группы спортивного совершенствования по видам спорта зачисляются студенты, имеющие спортивный разряд.

Занимающиеся, в зависимости от пола и степени спортивно-технической подготовленности, комплектуются в группы: а) мастеров и кандидатов в мастера спорта; б) спортсменов первого, второго и третьего спортивных разрядов.

В группах спортивного совершенствования могут заниматься студенты очного и заочного отделений вуза, а также аспиранты, преподаватели и члены спортивного клуба. Доукомплектование групп осуществляется за счет одаренных в спортивном отношении абитуриентов, поступивших на первый курс. Для отбора способной молодежи проводятся турниры и соревнования первокурсников по видам спорта, на которых и выявляются одаренные спортсмены.

Студенты групп спортивного совершенствования дважды в год (осенью и зимой) проходят врачебно-медицинское освидетельствование.

Зачетно-контрольные нормативы для групп спортивного совершенствования по видам спорта с учетом спортивной квалификации проводятся в соответствии с программными требованиями по физическому воспитанию в вузах.

Учебно-тренировочная работа в группах спортивного совершенствования проводится круглогодично, с некоторым снижением нагрузки в период зачетных и экзаменационных сессий.

Во время каникул, как правило, организуются различные соревнования или спортивно-оздоровительные сборы.

Планирование работы для группы спортивного совершенствования осуществляется на основе учебного плана, в котором предусмотрен расчет часов программы по физическому воспитанию вузов. Затем осуществляется план-график прохождения учебных часов по основным видам подготовки в соответствии с периодизацией спортивной тренировки в конкретном виде спорта. Опираясь на графики расчета часов, составляют рабочие планы прохождения материала по периодам и этапам тренировки.

В работе с группами спортивного совершенствования высших спортивных разрядов обязательным является составление перспективного планирования.

Перспективное планирование предусматривает:

- 1) Наличие исходных данных по уровню физической и технико-тактической подготовленности занимающихся;
- 2) Необходимость прогнозирования спортивного результата на ближайшие 2-4 года;
- 3) Определение содержания и характера тренирующих воздействий, направленных на последовательное повышение спортивного мастерства;
- 4) Определение длительности периодов и этапов подготовки по годам тренировки с учетом целенаправленной подготовки спортсмена к наиболее ответственным состязаниям;
- 5) Определение текущих показателей тренированности спортсмена с соответствующим изменением программы тренирующих воздействий.

Для получения этих данных необходимо иметь современную научную аппаратуру, позволяющую получать необходимую информацию о различных сторонах тренированности спортсмена. Поэтому в настоящее время вполне оправданными являются попытки организовать общественные лаборатории при кафедрах физического воспитания, способствующие научной организации учебно-тренировочного процесса.

В настоящее время уровень мировых достижений в спорте неизмеримо вырос. Поэтому огромное значение приобретает подготовка высококвалифицированных специалистов-тренеров, способных на научной основе творчески совершенствовать систему подготовки спортсменов высокого класса, внедрять новые средства и методы в тренировочный процесс, использовать специальную аппаратуру и приборы для определения состояния подготовленности спортсменов и реализации на этой основе рациональных режимов тренировки с оптимальным использованием тренирующих воздействий.

Чрезвычайно важно, чтобы тренер умел, учитывая данные физического развития и возможности совершенствования функционального потенциала, прогнозировать спортивные результаты того или иного спортсмена.

Касаясь деятельности педагога-тренера, нужно подчеркнуть, что она состоит из двух главных направлений, неразрывно связанных между собой. Первое заключается в воспитательной работе со студенческой молодежью, а второе связано с процессом становления мастерства своих учеников. Успешное решение общей задачи подготовки высококвалифицированных спортсменов может осуществляться только в тесном сочетании этих двух направлений. Известно немало примеров, когда увлечение тренера только узкопрофессиональной стороной дела и игнорирование воспитательной работы приводило к отрицательным результатам – зазнай-

ству, как следствие, к снижению спортивного мастерства, аморальным поступкам.

Поэтому работа педагога-тренера не замыкается в рамках регламента тренировочных занятий, она связана с осуществлением воспитательных мероприятий, с анализом подготовки, изучением особенностей техники своих учеников с разработкой определенных тренажерных устройств, режимов и методов тренировки. На современном уровне тренер не только педагог, но и исследователь.

Все это предполагает наличие у тренера больших профессиональных знаний и высокой общей эрудиции. Тренер сегодняшнего дня – это человек, прекрасно разбирающийся в теории и методике спортивной тренировки, повышающий свое образование, участвующий в научно-технических конференциях и дискуссиях, занимающийся общественной работой в секции, тренерских советах и т.д. И главное – тренер должен находиться в постоянном творческом поиске наиболее эффективных средств и методов тренировки.

Каковы же направления этого поиска?

Первое из них заключается в рационализации спортивной техники, ее «оттачивании» и использовании средств и методов для совершенствования координационных способностей атлета.

Второе состоит в увлечении и расширении двигательного потенциала спортсмена, развитии его физических качеств, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости.

Третье – это оптимизация и интенсификация режимов тренировки, динамики нагрузок, средств активного отдыха и восстановления.

Четвертое – это воспитание волевых проявлений спортсмена: настойчивости, смелости, спортивной «злости», способности управлять своими эмоциями.

Тренер воплощает в себе лучшие черты человека-гуманиста, сочетая эти черты с высокой принципиальностью и требовательностью. Гуманность, в частности, проявляется в воспитании своих учеников в духе дружбы и товарищества, в постоянной заботе о бытовых условиях, учебе и работе, в привитии им чувства ответственности и долга перед своими товарищами по команде, перед спортивным клубом, сборной командой города, страны.

Высшим проявлением такой ответственности являются выступления наших ведущих спортсменов на крупных международных соревнованиях и Олимпийских играх, где лучшие представители отечественного спорта, не считаясь с трудностями, борются за победу.

В процессе многолетней тренировки тренер должен быть чутким и отзывчивым товарищем для своих воспитанников. Он должен знать их нужды, стремления.

В то же время тренер – это человек сильной воли, твердости духа. Он требовательный учитель, способный на протяжении многих лет вести своего ученика или команду через все препятствия, трудности и неудачи к достижению цели. Настоящий спортсмен под руководством такого тренера после поражения на тех или иных состязаниях будет тренироваться с утроенной энергией, стремясь добиться высоких результатов.

Являясь во всем примером для своих учеников, тренер должен быть в высшей степени целеустремленным и пунктуальным. Эти качества проявляются в систематичности организации тренировочных занятий, в стабильном регламенте их проведения, в осуществлении мероприятий, намеченных перспективным планом тренировки. Необходимо также, чтобы у тренера была образцовая спортивная форма, так как он постоянно выходит на площадку для объяснения и показа спортивной техники.

Из всего вышеперечисленного можно сделать вывод, что для успешного решения этих задач тренеру необходимо повышать свои профессиональные знания, изучать отечественную и зарубежную литературу, обобщать опыт тренировки ведущих тренеров, изучать принцип отбора талантливых спортсменов, что, несомненно, явится надежной гарантией его успешной педагогической деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Донской, Д. Д. Законы движений в спорте / Д. Д. Донской. – Москва: Физкультура и спорт, 1968. – 175 с.
2. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена, М.1970.-200 с.
3. Фарфель, В. С. Управление движениями в спорте / В. С. Фарфель. – Москва: Физкультура и спорт, 1975. – 208 с.
4. Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. – Москва: Физкультура и спорт, 1970. – 479 с.

УДК 796.0

ОСОБЕННОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ МАКСИМАЛЬНОГО ТЕМПА ДВИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ И СТУДЕНТОК

Шукевич Л. В., Зданевич Г. И., Самойлюк Т. А., Каштелян З. И.

УО «Брестский государственный университет им. А. С. Пушкина»
г. Брест, Республика Беларусь

Развитие движений человека, как известно, осуществляется в онтогенезе под влиянием естественных и специально организованных стимулов