

*коллективизация, коллективный; акция, акционерный, акционер, акционировать и др.);*

– трансформация глагольных словосочетаний в именные и наоборот именных в глагольные (*определить цель – определение цели, формировать структуру – формирование структуры, обмен денег – обменять деньги, развитие производства – развивать производство и др.);*

– составление словосочетаний с глаголами и существительными (*выкупать, выкуп – имущество, собственность, продавать, продажа – акции, товар и др.);*

– образование глаголов от кратких причастий и наоборот образование кратких причастий от глаголов (*произведено – произвести, использован – использовать, выполнен – выполнен, приобретен – приобрести и др.);*

– составление предложений, используя конструкции конкретного урока и данных слов и словосочетаний (*кто/что (И.п.) пользуется чем (Т.п.) – частный собственник, пользоваться, предметы потребления*).

И конечно, текст является основой каждого занятия. Тексту предшествуют предтекстовые задания, которые подготавливают слушателей к адекватному восприятию слов, словосочетаний и отдельных предложений. Эти задания помогают преодолеть трудности лексического и понятийного характера. Послетекстовые задания закрепляют лексический и грамматический материал, содержащийся в тексте, и готовят слушателей к пересказу. Для того чтобы слушатели смогли осмысленно пересказать текст, им предлагается составить план, записать краткий конспект в тетрадь, прочитать конспект и, используя конспект, пересказать текст.

Учитывая то, что одной из задач на занятиях «Профессиональной лексики» является подготовка будущих студентов к конспектированию лекций, на занятиях ведется целенаправленная работа по обучению слушателей правильному сокращению слов и умению прочитать написанное. Преподаватели обращают внимание слушателей на то, как можно записать некоторые слова сокращенно, предлагают им восстановить и прочитать слова и предложения по сокращениям; слушатели пишут диктанты, сокращая слова, записывают ответы на вопросы, используя сокращения, конспектируют тексты.

Курс «Русский язык. Профессиональная лексика» является довольно сложным для слушателей подготовительного отделения для иностранных граждан, поэтому преподавателю необходимо использовать различные формы и методы работы для оптимизации учебного процесса.

УДК 378. 037.1

## **ОСОБЕННОСТИ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В ВУЗЕ**

**Сак Ю.В.**

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»  
г. Гродно, Республика Беларусь

**Актуальность.** Эффективность преподавания физической культуры и здоровья в начальных классах во многом зависит от качества подготовки

педагогов, их теоретико-методической и двигательной подготовленности. При этом процесс специальной физкультурной подготовки будущих учителей к самостоятельной педагогической деятельности сложен и разнообразен. Кроме этого, в вузе на овладение будущими учителями методикой преподавания физической культуры и здоровья отводится ограниченное время, требуя от вузовских специалистов поиска оптимальных педагогических подходов к организации и содержанию учебного процесса.

Проблемой представляется формирование навыков передвижения на лыжах у будущих учителей начальных классов (на 100 % женский контингент) из-за отсутствия у большинства из них положительного отношения к физической культуре, низкого уровня не только физической подготовленности, но и здоровья, недостатка элементарных навыков в ходьбе на лыжах, негативного отношения к холодному фактору и т.п.

**Цель работы** – повышение эффективности методики формирования у будущих учителей начальных классов техники передвижения на лыжах, необходимой им в дальнейшей самостоятельной работе для проведения уроков по лыжной подготовке в начальных классах массовой школы. За отведенное учебным планом время необходимо было качественно научить их современной технике способов передвижения на лыжах, сформировать у них знания по методике обучения учащихся лыжной подготовке.

**Методы и организация исследования.** В педагогическом эксперименте, проведенном во втором семестре 2011-2012 учебного года, приняли участие две группы: экспериментальная ЭГ (n=43) и контрольная КГ (n=37), состоящие из студенток первого курса педагогического факультета (средний возраст – 17 лет) УО «Гродненский государственный университет им. Я. Купалы».

Качественный состав ЭГ и КГ по показателям технической подготовленности не имел существенных отличий, испытывал явные затруднения в выполнении технических действий на лыжах, входящих в содержание школьной программы по физической культуре и здоровью для начальных классов.

До проведения эксперимента в этом же семестре была осуществлена предварительная лыжная подготовка студенток опытных групп с целью создания у них единого представления о ней, выработки элементарных основ техники передвижения на лыжах, осуществлено начальное обучение технике передвижения на лыжах – «школа лыжника».

Сравнительный анализ результатов в передвижении на лыжах на дистанции 3000 м между студентками педагогического факультета (ЭГ и КГ) значимых отличий не имел ( $p > 0,05$ ).

Каждое экспериментальное практическое занятие в ЭГ состояло из двух дидактически взаимосвязанных частей: в первой части (без лыж) решались задачи по формированию знаний по методике преподавания лыжной подготовки с использованием активных методов обучения, по формированию двигательных навыков (за счет выполнения имитационных упражнений без лыж), взаимосвязанных с основными задачами занятия по обучению технике лыжника, по развитию ведущих для лыжной подготовленности двигательных способностей; вторая часть проводилась на лыжах и была посвящена

непосредственно решению конкретных образовательных задач, взаимосвязанных по содержанию с двигательными задачами первой части занятия. Практическая часть занятия учитывала среднегрупповой уровень физического состояния занимающихся.

Организационной особенностью занятий в ЭГ было то, что 50 % времени каждого практического занятия по лыжной подготовке проводилось в условиях спортивного зала и 50 % – на снегу. В методическом отношении это была попытка реализации принципа систематичности, поскольку такой подход во многом предопределяет последовательность занятий, порядок выбора средств, методов, методических приемов, изменение нагрузок.

Предполагалось, что за счет применения имитационных упражнений и учебных заданий на развитие двигательных способностей лыжника с чередованием занятий на лыжах студентки в большей степени освоят технику передвижения на лыжах и методику обучения.

Студентки КГ занимались по учебной программе «Физическая культура» для студентов вузов. Учебный процесс в этой группе осуществлялся только на лыжах и характеризовался технической подготовкой с использованием традиционных подводящих и подготовительных упражнений для освоения техники способов передвижения на лыжах.

На практических занятиях в опытных группах осуществлялась подготовка студенток к прохождению дистанции 3000 м на лыжах.

Разработка и применение системы подводящих упражнений, которые используются при изучении и совершенствовании техники передвижения на лыжах в бесснежный период, основаны на положительном переносе двигательных навыков [3, с. 68].

Сложность методики технической подготовки в бесснежных условиях заключается в том, что основное направление, задачи подготовки, принципы проведения занятий и большая часть упражнений должны быть применимы на лыжах. Этим создаются условия для успешной технической подготовки. Невозможно обучить лыжным ходам без снега, без лыж, но создать основы быстрого и правильного овладения лыжной техникой в бесснежных условиях не только возможно, но и необходимо [4, с. 96].

За счет технически правильного выполнения отдельных элементов в имитационных упражнениях облегчается и ускоряется освоение и совершенствование техники выполнения движения в целом, например, согласования работы рук и ног при том или ином лыжном ходе [1].

С помощью имитационных упражнений на месте и в движении у занимающихся создавалось представление о конкретном способе передвижения на лыжах, об основах и деталях техники, ее фазах.

Известно, что чем выше уровень способности к сохранению равновесия при выполнении сложнокоординационных упражнений, тем выше качество выполнения способов передвижения на лыжах [2, с. 78; 5, с. 350 и др.], поэтому в учебный процесс были включены упражнения на развитие динамического и статического равновесия. Для развития статического и динамического равновесия были разработаны и использованы два комплекса упражнений.

В ЭГ и КГ в процессе обучения были запланированы и изучены следующие технические приемы: скользящий шаг, попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход, одновременный одношажный ход (скоростной вариант), подъем скользящим шагом, торможение «плугом», торможение «упором», поворот в движении переступанием с внутренней лыжи.

Оценка технической подготовленности осуществлялась методом экспертных оценок по пятибалльной системе.

Результаты и их обсуждение. Проведенный педагогический эксперимент позволил улучшить следующие показатели:

а) значительно увеличить уровень владения умениями и навыками техники способов передвижения на лыжах в опытных группах, необходимых для демонстрации техники при проведении уроков по лыжной подготовке. Результат в ЭГ в конце педагогического эксперимента достоверно ( $P < 0,05$ ) превосходил таковой в КГ по следующим способам передвижения: скользящий шаг, попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход (скоростной вариант), подъем скользящим шагом

б) существенно повысить специальную выносливость в КГ: прирост результата в беге на лыжах на 3000 м у студенток изменился положительно ( $P < 0,05$ ). Положительно изменился прирост результатов и у студенток ЭГ, но не достоверно ( $P > 0,05$ ). Сравнительный анализ результатов в беге на лыжах в конце семестра не выявил достоверных различий между ЭГ и КГ.

Экспертные оценки, характеризующие уровень технической подготовленности, имели тенденцию к достоверному увеличению в ЭГ и КГ, однако методика проведения занятий в ЭГ оказала более существенное влияние на формирование правильной техники основных способов передвижения на лыжах, чем в КГ.

**Выводы.** Результаты, полученные в ходе педагогического эксперимента, дают основание утверждать, что использование в учебном процессе упражнений на развитие координационных способностей, упражнений из «летней» технической подготовки, имитационных упражнений на месте и в движении, способствовало более качественному освоению техники сложных способов передвижения на лыжах будущими учителями начальных классов.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Аввакуменков, А.А. Методика применения имитационных упражнений лыжника на уроках физической культуры в старших классах общеобразовательной школы: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / А.А. Аввакуменков; СПб НИИ ФК. – СПб, 2000. – 22 с.
2. Антонова, О.Н. Лыжная подготовка. Методика преподавания: учеб. пособие для студ. средних пед. учеб. заведений / О.Н. Антонова, В.С. Кузнецова. – М.: Изд. центр «Академия», 1999. – 208 с.
3. Бутин, И.М. Лыжный спорт: учеб. пособие для студ. высш. пед. заведений / И.М. Бутин. – М.: Изд. центр «Академия», 2000. – 368 с.
4. Донской, Д.Д. Техника лыжника-гонщика (техническое мастерство) / Д.Д. Донской, Х.Х. Гросс. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 136 с.
5. Лыжный спорт: учебник для ин-тов физ. культуры / Под общ. ред. Б.И. Бергмана. – М.: Физкультура и спорт, 1965. – 464 с.