

Домашние задания как средство повышения физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ

Двух уроков физической культуры в неделю явно недостаточно для удовлетворения двигательных потребностей школьников. Как бы ни была высока моторная плотность уроков, учитель не в состоянии обеспечить растущий запрос двигательной активности. Для формирования опорно-двигательного аппарата и внутренних органов здорового ребёнка требуется не менее двух часов активной мышечной деятельности ежедневно. Следовательно, необходимы домашние задания по физической культуре [1].

Домашние задания по предмету «Физическая культура и здоровье» – важная составная часть режима учебного дня.

Научить ученика самостоятельно заниматься физическими упражнениями – одна из главных задач учителя физической культуры. Задания для самостоятельного выполнения ученики получают на уроке. Их содержание должно быть направлено на развитие физических качеств, повторение простейших двигательных действий, осваиваемых на уроке. Домашние задания проверяются систематически.

Ценность домашних заданий достаточно высока для учащихся с такими чертами характера, как застенчивость, пугливость, неуверенность в своих силах. Для этих учеников намного проще и легче выполнять многие упражнения в домашних условиях. Кроме того, для таких детей самостоятельные занятия есть процесс саморазвития, самовыражения, самоутверждения, дающий положительный эффект. Поэтому необходимо дифференцированно подбирать задания для них с учётом домашнего спортивного инвентаря, доступности упражнений.

Психологи рассматривают домашнее задание как обязательную ступень в разучивании нового материала. При выполнении домашнего

задания развиваются двигательные качества, осваивается техника упражнений, формируются осанка и исполнительская культура движений. Но самое главное – домашние задания содействуют морально-волевому и физическому совершенствованию учеников, воспитывают не только интерес, но и органическую потребность к регулярным занятиям физическими упражнениями. Таким образом, достигаются конкретные цели – повышение двигательной активности, укрепление основных мышечных групп, формирование осанки, подготовка к усвоению учебного материала программы и выполнение учебных программ.

Для получения должного эффекта от домашнего задания нужно провести организационную работу с учащимися и их родителями. На родительском собрании нужно ознакомить родителей с необходимостью самостоятельных упражнений в домашних условиях. Следует отметить важность личного примера в физических занятиях, особенно в младшем возрасте, так как личный пример и авторитет родителей несравним ни с какими другими мерами педагогического воздействия.

Считаем, что для успешного применения домашних заданий учителю необходимо соблюдать ряд условий:

- добиться, чтобы учащиеся знали требования учебной программы;
- убедить учащихся в практической пользе домашних заданий как необходимого дополнения к урокам физической культуры;
- заинтересовать ученика полученными домашними заданиями;
- выделить главное: над чем и в какой период работать тому или иному ученику;
- уметь определять степень воздействия применяемых упражнений на организм ученика;

– научить учащихся правильному использованию терминологии при записи домашних заданий;

– сообщать учащимся сроки проверки полученных домашних заданий;

– фиксировать домашние задания в годовых планах прохождения учебного материала.

Успех внедрения домашних заданий в педагогическую практику в значительной мере зависит от организации контроля за их выполнением. Поэтому важно, чтобы упражнения было легко проверять. В школах аттестация учащихся по разделу «Домашние задания» осуществляется согласно инструктивно-методическому письму Министерства образования Республики Беларусь. Материал по домашним заданиям в школе планируется на весь учебный год с отражением в годовом и четвертном поурочных планах. Домашние задания ученики получают на уроке.

По направленности домашние задания могут быть трёх видов [2]:

- 1) задания, связанные с освоением техники отдельных упражнений или комплексов упражнений;
- 2) задания, связанные с самостоятельным усвоением теоретических сведений;
- 3) задания, связанные с развитием одного или нескольких физических качеств.

В зависимости от вида задания сроки, на которые они даются, могут составлять от одной-двух недель (первый и второй виды) до одного-двух месяцев (второй вид). Содержание домашних заданий должно соответствовать требованиям учебной программы.

Более подробно остановимся на заданиях третьего вида, направленных на развитие физических качеств (двигательных способностей).

Напомним, что к ним относятся [3, с. 74–130]:

– силовые способности (комплекс различных проявлений человека в определённой двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «сила»);

– скоростные способности (характеризуют возможности человека, обеспечивающие выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени);

– координационные способности (способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво, т. е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно);

– гибкость (способность выполнять упражнения с большой амплитудой);

– выносливость (способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности).

Так как учителю предоставлено право выбора содержания учебного материала для развития физических способностей, то каждый может разработать свою методику оценки домашнего задания с учётом требований учебных программ.

Рассмотрим эффективность домашних заданий на примере образовательного процесса в СШ № 15 г. Могилёва. Итак, когда ученики пришли в школу после летних каникул и в течение двух-трёх недель адаптировались к физическим нагрузкам, мы начинаем тестировать уровень физической подготовленности (далее – УФП). Не позднее 1-го октября мы получаем все данные тестов и приступаем к их обработке. Вначале анализируем показатели физической подготовленности по классам и параллели в целом (табл. 1, 2).

Таблица 1

Сравнительный анализ показателей УПФ учащихся седьмых классов
СШ № 15 г. Могилёва (сентябрь 2009 года)

Класс	Количество учащихся на начало года	Количество учащихся с УПФ									
		низким		ниже среднего		средним		выше среднего		высоким	
		чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%	чел.	%
VII «А»	19	7	27	4	15	3	12	4	15	1	4
VII «Б»	20	5	21	7	28	4	17	4	17	–	–
VII «В»	23	6	21	6	21	5	18	5	18	1	3
VII «Г»	24	7	25	7	25	5	18	4	14	1	3
VII «Д»	21	9	36	6	24	4	16	2	8	–	–
Всего	107	34	26	30	23	21	16	19	15	3	3

Обрабатываем в количественном (в баллах) соотношении контрольные нормативы по классам (табл. 2).

Таблица 2

**Результаты тестирования УПФ учащихся седьмых классов
СШ № 15 г. Могилёва (сентябрь 2009 года)***

Класс	Количество учащихся в классе	Баллы	Количество учащихся с соответствующими отметками за тестирование					
			Наклон вперёд	Челночный бег 4 × 9 м	Гимнастическое упражнение	Прыжок в длину с места	Шестиминутный бег	Бег 30 м
1	2	3	4	5	6	7	8	9
VII «А»	24	8–10	13	6	3	2	2	10
		5–7	6	7	6	8	6	10
		1–4	5	11	15	14	16	4
VII «Б»	21	8–10	11	4	2	3	2	13
		5–7	3	7	3	6	4	4
		1–4	7	10	16	12	15	4
VII «В»	26	8–10	6	11	3	6	4	10
		5–7	5	5	4	10	10	9
		1–4	15	10	19	10	12	7
VII «Г»	18	8–10	6	1	4	1	3	5
		5–7	1	1	–	3	6	6
		1–4	11	16	14	14	9	7
VII «Д»	22	8–10	15	6	4	4	–	8
		5–7	5	6	7	10	5	7
		1–4	2	10	11	8	17	7

Примечание. * Выделены неудовлетворительные результаты.

Затем обрабатываем в процентном соотношении контрольные нормативы по отдельности в параллели (рис. 1).

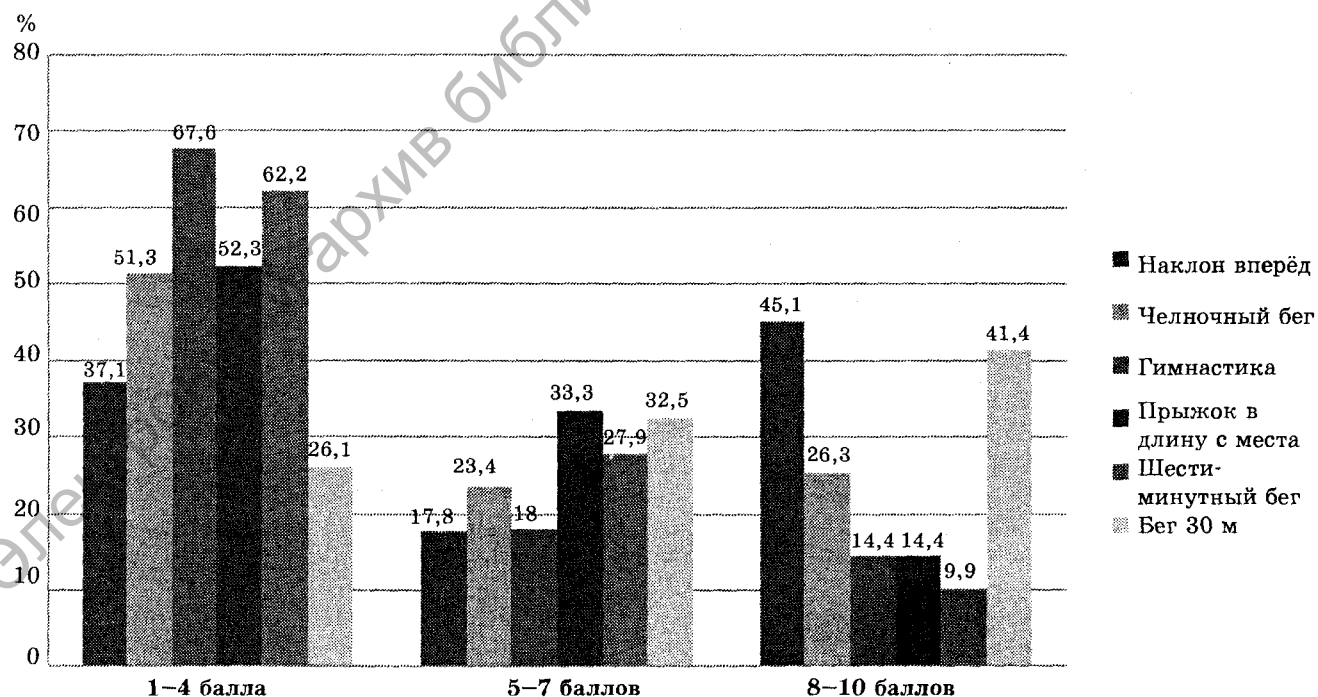


Рис. 1. Результаты сдачи нормативов УПФ учащихся седьмых классов
СШ № 15 г. Могилёва (сентябрь 2009 года)

Абмяркоўваем, спрачаемся

Цели обработки информации, отражённой в таблицах 1, 2, заключаются в следующем:

- определить контрольные нормативы, выполняемые хуже всего в классах в отдельности и параллели в целом;
- выбрать упражнения для домашнего задания, посредством которых учащиеся смогли бы улучшить данные нормативы;
- подобрать комплексы физических упражнений к этим домашним заданиям;
- рекомендовать индивидуальный подбор комплексов физических упражнений для учащихся, имеющих низкий уровень физической подготовленности, и учащихся подготовительной медицинской группы.

После выявления низких результатов выполнения тестов вносим коррективы в под-

бор упражнений домашнего задания. Доводим до сведения учащихся сроки сдачи домашнего задания и предлагаем комплексы упражнений к ним.

Итак, ряд упражнений для домашнего задания имеет специальное назначение – развитие физических качеств. Выбирая упражнения, мы учитывали возможность их выполнения в домашних условиях, а также осуществления их быстрого контроля во время урока. Основу постоянных домашних заданий для учащихся V–XI классов составили следующие упражнения: поднимание ног из положения лёжа, приседание на одной ноге, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, прыжки через скакалку и др. (табл. 3).

Таблица 3

Оценки результатов выполнения домашнего задания учащихся седьмых классов *

Выполняемое упражнение	Пол	Отметка									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа (девочки выполняют упражнение от гимнастической скамьи), кол-во раз	м	13 и менее	14	15	16	17	18	19	20	21	22 и более
	д	3 и менее	4	5	6	7	8	9	11	12	13 и более
2. Прыжки через скакалку за 20 с, кол-во раз	м	28 и менее	29	32	35	38	42	45	48	50	52 и более
	д	30 и менее	31	33	35	38	42	45	48	50	52 и более
3. Приседание на одной ноге с поддержкой «пистолетик», кол-во раз	м	5 и менее	6	7	10	11	12	13	14	17	20 и более
	д	4 и менее	5	6	7	8	9	10	12	14	16 и более
4. Поднимание прямых ног до угла 90° «уголок», кол-во раз	м	2 и менее	3	4	5	8	9	10	13	14	15 и более
	д	1 и менее	2	3	4	5	6	7	8	9	10 и более
5. Поднимание прямых ног до угла 45° из исходного положения лёжа на спине, руки за головой, кол-во раз	м	3 и менее	4	5	8	11	12	14	16	19	21 и более
	д	1 и менее	2	3	4	5	6	7	9	10	12 и более
6. Удержание равновесия в позе Ромберга с закрытыми глазами на время, с	м	3 и менее	4	5	6	7	8	9	10	11	12 и более
	д	3 и менее	4	5	6	7	8	9	10	11	12 и более
7. Перенос прямых ног слева направо через препятствие высотой 20–30 см сидя в упоре сзади за 15 с, кол-во раз	м	2 и менее	3	5	6	7	8	9	10	11	12 и более
	д	1 и менее	2	3	4	5	6	7	8	9	10 и более
8. Прыжки боком двумя ногами через предмет (препятствие) высотой 30 см за 15 с, кол-во раз	м	5 и менее	6	7	8	10	11	12	14	15	16 и более
	д	4 и менее	5	6	7	9	10	11	13	14	15 и более
9. Сгибание-разгибание рук на параллельных брусьях, кол-во раз	м	0	1	2	3	4	5		6		7 и более
10. Вращение гимнастического обруча, с	д	10 и менее	15	20	25	30	35	40	45	50	55 и более
11. Выполнение упражнения «шпагат» из положения «широкая стойка ноги врозь» с фиксацией положения не менее 3 с, см	м	45 и более	40	35	30	25	20	15	10	5	Полный
	д										сед

Примечание. * м – мальчики; д – девочки.

Эти упражнения рассчитаны на развитие всех физических качеств и охватывают все основные группы мышц.

Остановимся подробнее на организации работы по выполнению постоянных домашних заданий. Подбирая такие задания, мы исходим из того, что наиболее охотно учащиеся выполняют доступные им упражнения, позволяющие видеть улучшение результатов, которые подлежат количественной и качественной оценке как со стороны самих учеников, так и со стороны учителя, родителей.

Из класса в класс, соответственно возрасту учащихся, содержание домашних заданий несколько усложняется. Однако в основе учёта их выполнения остаётся принцип общего количества повторений или повторений за определённый отрезок времени.

На одном контрольном уроке проверяются два-три упражнения, чаще всего используется метод взаимопроверки, когда учащихся делят на две группы (первая делает, вторая контролирует; затем они меняются ролями). Ученикам выдаётся лист контроля (табл. 4), в котором фиксируются результаты. Во избежание фальсификации результатов, особенно в старших классах, предупреждаем учащихся о проведении негласного выборочного контроля. В случае выявления таких фактов отметка снижается обоим учащимся. Полученную итоговую отметку выставляем в классный журнал.

Таблица 4

**Лист контроля домашнего задания
учащегося VII «А» класса**

Александр Иванов		
Выполняемое упражнение	Количество (см, раз)	Отметка
№ 2	45	7
№ 5	8	4
№ 11	10	8
Итоговая отметка		6,33 (6)

Под все вышеперечисленные упражнения (табл. 3) подбираются различные комплексы упражнений. Задача комплексов, проводимых самостоятельно в домашних условиях или на дворовых спортплощадках по месту жительства, заключается в том, чтобы развить у учащихся основные физические качества. В комплекс подбираются 6–15 упражнений (см. приложение). Следим, чтобы они не были слишком сложными и не отнимали много времени, но одновременно были бы достаточно результативными. На эффективность будут влиять условия и наличие снарядов, инвентаря и оборудования. Число повторений (серий) изменяется в зависимости от физического развития и физической подготовленности учащихся [1, с. 33].

Количественные результаты тестирования УФИ школьников, как правило, небольшими темпами растут от проверки к проверке. Все описанные домашние задания, применяемые в школе, определённо дают положительный эффект. Выполнение домашних заданий способствует улучшению физической подготовленности учащихся (рис. 2).

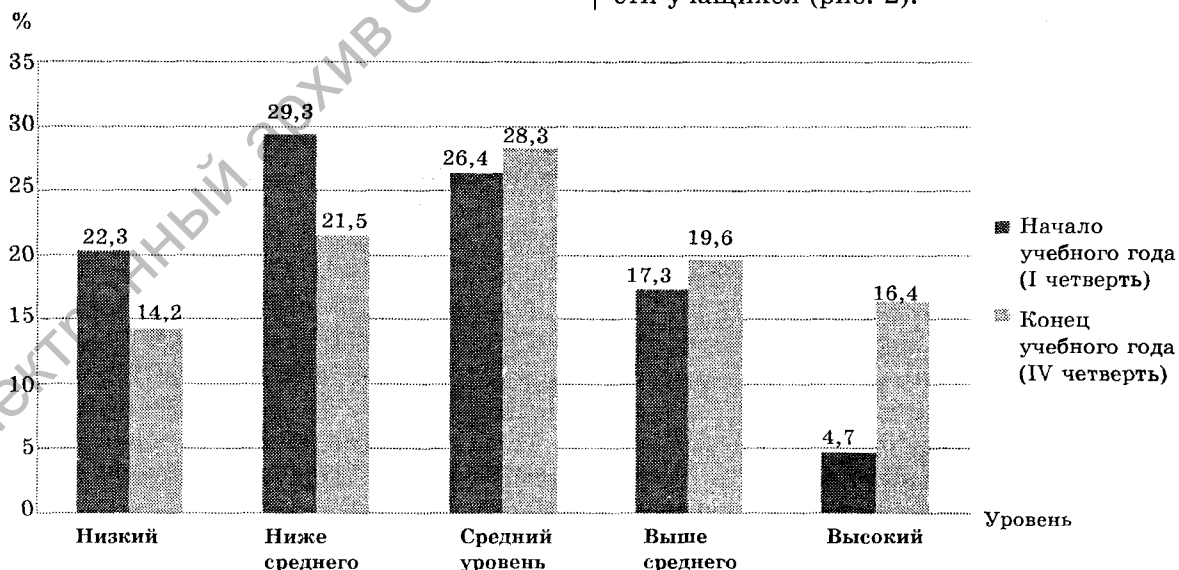


Рис. 2. Средние показатели изменения уровня физической подготовленности учащихся школы 1994–1995 г. р. за период 2005–2009 гг.

Список цитированных источников

1. Гуревич, И. А. Круговая тренировка при развитии физических качеств / И. А. Гуревич. – 3-е изд., перераб. и доп. – Минск : Выш. шк., 1985. – 256 с.
2. Об организации физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений в 2010/11 учебном году : инструктивно-методическое письмо М-ва образования Респ. Беларусь // Фізичная культура і здароўе. – 2010. – № 3. – С. 3–15.
3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 480 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Примерные перечни упражнений для домашних заданий

Для развития гибкости

Работа над развитием гибкости будет эффективнее, если упражнения на растягивания выполнять сериями по несколько раз, амплитуду движений увеличивать постепенно от серии к серии, при появлении болезненных ощущений в мышцах прекращать работу, упражнения выполнять ежедневно или два раза в день, предварительно хорошо разогреться.

И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. Повороты головы.

И. п. – стойка ноги врозь, руки в стороны. Круговые вращения руками (в лучезапястных, плечевых суставах).

И. п. – стоя ноги врозь, палка вверху. Выкруты вперёд и назад в плечевых суставах с постепенным уменьшением расстояния между руками на палке.

И. п. – стойка ноги врозь, руки за головой. Повороты вправо (влево).

И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. Круговые движения туловища в правую и левую стороны.

И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе (за головой). Наклоны туловища.

И. п. – о. с. Поочерёдное притягивание руками согнутой ноги к груди (согнутой назад ноги к ягодице).

И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе (за головой). Глубокие выпады (вперёд, назад, в стороны).

И. п. – выпад вперёд, руки на поясе. Пружинистые покачивания в выпаде.

И. п. – стоя ноги врозь наклоном вперёд, руки в стороны. Повороты туловища, касаясь правой рукой носка левой ноги (левой рукой носка правой ноги).

И. п. – стойка спиной к опоре (стол, гимна-

стическая стека и др.), прямые руки на опоре. Пружинистые приседания, стараться как можно дальше отвести руки вверх-назад.

И. п. – лёжа на спине хват руками за голени согнутых назад ног. Пружинистые прогибания оттягивая ноги назад.

И. п. – упор лёжа сзади. Пружинистые сгибания ног стараясь сесть на пятки.

И. п. – стойка ноги врозь, руки вперёд. Маховые движения ногами вперёд-вверх (в стороны-вверх).

И. п. – стойка боком (лицом к опоре) на правой (левой), хват рукой за опору (стол, гимнастическая стека и др.). Взмахи прямой ногой (назад, вперёд, в стороны) по большой амплитуде.

Для развития силы

Для развития силы следует повторять упражнения в удобном для себя темпе до утомления, но не до предельных напряжений; не задерживать дыхание, когда этого не требуется.

И. п. – руки внизу (вперёд, в стороны и пр.). Сгибать и разгибать кисти рук, используя кистевой эспандер.

И. п. – стойка на правой ноге, левая согнута в колене на высоте пояса, руки произвольно. Сгибания и разгибания поднятой ноги вперёд.

И. п. – стойка ноги врозь, руки на поясе (за головой, в стороны, сзади). Приседания не отрывая стоп.

И. п. – стойка на правой (левой), хватом одной рукой за опору. Приседание на одной ноге с опорой.

И. п. – стойка согнувшись. Переступания руками по полу в упор лёжа и обратно.

И. п. – ноги врозь с опорой о стул, хват руками сверху. Присед, одновременно под-

нять стул на вытянутые руки и удерживать на время.

И. п. – сед руки сзади. Поднять ноги от пола, имитировать езду на велосипеде.

И. п. – сед руки в упоре сзади. Поднять прямые ноги от пола до угла 45° , выполнять упражнение «ножницы».

И. п. – сед руки на пояс (за головой). Поднять ноги от пола до угла 45° , удерживать положение ног максимальное время.

И. п. – лёжа на животе, руки вверх. Прогнуться, поднять ноги, руки в стороны, голову отвести назад.

И. п. – упор лёжа боком на правой руке, левая на поясе. Отведение в сторону левой ноги и приведение её в и. п.

И. п. – лёжа на спине, руки за головой. Поднимание туловища.

И. п. – упор лёжа. Сгибание и разгибание рук с хлопком.

И. п. – упор лёжа, опираясь носками ног на стул. Сгибание и разгибание рук. Передвижения на прямых руках влево и вправо не сдвигая носки ног.

И. п. – вис на перекладине широким хватом. Подтягивание с касанием шей перекладины сзади.

Для развития быстроты

Работа над развитием быстроты будет эффективнее, если упражнения выполнять: небольшими сериями в максимально быстром темпе; в начале занятий, не допуская переутомления.

И. п. – скрестная стойка, скакалка сзади. Прыжки на двух ногах.

И. п. – стойка на правой (левой), скакалка сзади. Прыжки на одной ноге.

И. п. – руки вперёд. Упражнение «ножницы».

И. п. – руки на поясе, стул (опора) впереди. Нашагивание на стул (опору) двумя ногами поочередно и сход обратно.

И. п. – стойка ноги вместе, руки вперёд. Бег на месте с высоким подниманием бедра.

И. п. – ноги вместе, руки сзади. Бег на месте, сгибая голени назад.

И. п. – стойка на правой ноге, левая в опоре на стул, руки на поясе. Выпрыгивания вверх поочередно меняя ноги.

И. п. – широко ноги врозь, наклон вперёд, руки в стороны. Упражнение «мельница».

И. п. – присед, руки за головой. Прыжки

в приседе по кругу, в правую сторону и обратно.

И. п. – упор присев. Прыжком упор, лёжа (ноги врозь) и обратно.

И. п. – лёжа на полу, согнув ноги. Имитировать езду на велосипеде.

И. п. – лёжа на полу, руки за головой. Подтягивание согнутых ног к груди и обратно.

И. п. – стойка боком к стене, руки в стороны с опорой рукой о стену. Перемещения приставными шагами к противоположной стене и обратно.

И. п. – ноги врозь, правая рука в опоре впереди о палку. Мах левой ногой через палку и обратно одновременно убирая руку с опоры.

И. п. – руки на поясе. Перепрыгивание через препятствие, высотой 30 см (вперёд, назад, право, лево).

Для развития выносливости

Для развития выносливости необходимо соблюдать следующие правила: постепенно увеличивать объём и интенсивность нагрузки; при выполнении упражнений дышать ритмично, глубоко; не допускать значительных перегрузок.

И. п. – стойка, опираясь носками ног о препятствие (высотой 5–10 см), пятки на полу, руки произвольно. Подниматься на носки ног и опускаться на пятки.

И. п. – о. с. Сесть и встать, скрестив ноги, руки произвольно.

И. п. – присед, руки на поясе. Прыжки вверх прогнувшись, продвигаясь спиной вперёд.

И. п. – упор присев. Прыжком упор лёжа, ноги врозь, вернуться в и. п.

И. п. – стойка на коленях, руки за головой. Наклоны назад до угла 45° .

И. п. – упор стоя на коленях. Передвигаться по кругу на 360° с упором на руки в правую и левую стороны. Передвигаться по прямой спиной вперёд.

И. п. – упор сзади, сидя на краю стула. Согнуть и разогнуть ноги с фиксацией их в группировке, не касаясь стула и пола.

И. п. – упор сидя сзади. Перейти в упор боком на одной руке (другую вверх) и обратно.

И. п. – упор сидя сзади. Перейти из упора сидя в упор сзади, поочередно поднимая правую (левую) ногу вверх.

И. п. – сед углом в упоре сзади. Вращать прямые ноги по кругу, поочередно вправо и влево.

И. п. – сед в упоре на предплечьях, ноги в положении прямого угла. Выполнить упражнение «ножницы».

И. п. – упор лёжа. Передвигаться по прямой спиной вперёд.

И. п. – лёжа на спине, руки вдоль туловища. Поднять прямые ноги, коснуться ими пола за головой, вернуться в и. п.

И. п. – лёжа на спине, руки вдоль туловища. Вращать прямые ноги по кругу, поочередно вправо и влево.

И. п. – лёжа на полу на животе, руки за головой. Поднять туловище, прогибая спину, отвести голову и ноги назад.

Для развития координационных способностей

Для эффективного развития координационных способностей в упражнения необходимо добавлять элемент новизны, представляющий собой определённую трудность при выполнении упражнений.

И. п. – о. с. С правой руки на 16 счётов последовательно поднимать руки на пояс, к плечам, вверх, два хлопка вверх с последующим возвращением обратно с двумя хлопками о бедра.

И. п. – о. с. Ходьба на месте с хлопком руками спереди и сзади на каждый шаг.

И. п. – о. с. Руки в стороны. Ходьба на месте с хлопком руками под согнутым коленом левой (правой) ноги, на каждый шаг.

И. п. – о. с. В ходьбе на месте одновременно ставить руки на 8 счётов на пояс, к плечам, вверх. Два хлопка вверх с возвращением рук вниз.

И. п. – о. с., в руках сложенная скакалка (верёвка). Имитировать ритм подскоков на одной, двух ногах.

И. п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, согнуты в локтях, в левой руке малый мяч (предмет). Выполнить темповое перебрасывание мяча (предмета) из руки в руку по восходящей траектории.

И. п. – ноги врозь, руки сзади с малым мячом (предметом). Подбросить и поймать мяч (предмет) двумя руками из-за головы.

И. п. – упор присев на полу. Выполнить прыжок-падение вперёд на руки с отведением ноги вверх-назад и сгибанием рук в локтевых суставах. Затем через упор присев встать и повернуться на 180°, выполнить упражнение в обратном направлении.

И. п. – сед, ноги врозь лицом к стенке на расстоянии 1,5–2 м, мяч перед грудью. Бросить и поймать отскочивший мяч с перекатом на спину.

И. п. – лёжа на животе, держа в левой руке малый мяч (предмет). Перебросить мяч (предмет) из одной руки в другую и поймать его.

Материал поступил в редакцию 10.10.2010.

Цікавішся? Прачытай!

Да ведама аўтараў і падпісчыкаў

Рэдакцыя прымае да разгляду матэрыялы на беларускай ці рускай мове аб'ёмам да 20 машынапісных старонак у 2 экзэмплярах. Таксама падаецца электронны варыянт на дыску ці дыске (можна даслаць электроннай поштай на адрас aiv@aiv.by).

Артыкулы павінны быць надрукаваны на белай паперы праз 2 інтэрвалы на адным баку ліста. Фотааздымкі прымаюцца добрай якасці.

Неабходна ўказаць прозвішча, імя і імя па бацьку аўтара, месца яго працы, навуковую ступень, навуковае званне, хатні адрас, нумары тэлефонаў, пашпартныя звесткі (нумар, калі і кім выдадзены, асабісты нумар, адрас праніскі ці рэгістрацыі). Без гэтых звестак матэрыялы разглядацца не будуць.

Дасылаючы ў часопіс распрацоўкі ўрокаў, абавязкова пазначайце клас, калі тэма вывучаецца ў школе.

Навуковыя матэрыялы трэба рыхтаваць у адпаведнасці з «Інструкцыяй па афармленні дысертацыі, аўтарэферата і публікацый па тэме дысертацыі».

Паколькі наш часопіс не паступае ў рознічны гандаль, набываць яго раім па падпісцы. Дасылаючы матэрыял у выдавецтва, Вы можаце зрабіць заяўку на патрэбную колькасць экзэмпляраў часопіса з Вашым артыкулам па нумарах тэлефонах 297-93-22 і 297-93-25 (аддзел маркетынгу).

Рэдакцыя не заўсёды падзяляе думкі аўтараў. Апошнія нясуць адказнасць за ўсю інфармацыю, якая ўтрымліваецца ў артыкуле, у адпаведнасці з Законам Рэспублікі Беларусь «Аб сродках масавай інфармацыі».

Рукапісы аўтарам не вяртаюцца.