

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ С ОСНОВНОЙ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ

А.В. Лукьянов (кафедра методики преподавания спортивных дисциплин)

При проведении занятий по спортивным играм принято различать две взаимосвязанные части: содержание и структуру.

Содержание урока физической культуры – это существенная, приводящая к определенному результату, весьма емкая, многообразная деятельность занимающихся, проявляющаяся в слушании педагога, наблюдении за тем, что он показывает, осмыслении воспринимаемого, проектировании предстоящих действий, непосредственно выполнении упражнений, контроле и оценке их, обсуждении с педагогом возникающих вопросов, контроле за состоянием своего организма, регулировании эмоциональных проявлений и т. п. Именно все эти элементы деятельности занимающихся в процессе урока и следует считать главным его содержанием, так как от них, в конечном счете, и зависит результат знаний [1].

В тоже время конкретное содержание деятельности занимающихся на уроке всегда обусловлено руководящей деятельностью педагога, заключающейся в постановке и разъяснении учебных и других задач, определении конкретных заданий и организации их выполнения, непрерывном наблюдении за действиями занимающихся, оценке и корректировании выполняемого, регулировании нагрузок, а также в тактичном направлении поведения воспитуемых, налаживании отношений между ними и т. п. Вся эта многогранная деятельность педагога, требующая большого мастерства и усилий, тоже составляет определенную, очень важную часть содержания урока. Таким образом, понятие «содержание урока» физического воспитания является сложным, многогранным. Оно включает в себя, во-первых, обусловленную конкретными учебно-воспитательными задачами совокупность предлагаемых занимающимся физических упражнений (предметное содержание урока); во-вторых, активную деятельность занимающихся, осуществляемую в рамках намеченных задач и предметного содержания урока.

Возникала необходимость к творческому подходу при планировании выбора упражнений для занимающихся. Следует, однако, иметь в виду, что творческую организацию занятий физическими упражнениями нельзя мыслить как абсолютно произвольную, не подчиненную никаким требованиям и осуществляемую педагогом стихийно. Наоборот, урок должен строиться с учетом многих объективных факторов, в частности закономерностей влияния физических упражнений на организм, психику, поведение

занимающихся; закономерностей самого процесса развития человека; логики развертывания учебно-познавательной деятельности; зависимостей между техникой выполняемых движений и характером проявления двигательных качеств и многих других факторов, вплоть до времени, места и условий занятий. Только умелое использование разнообразных научных знаний и передового опыта может обеспечить подлинное методическое творчество и гарантировать его успех.

В настоящее время в системе физического воспитания за основу построения урока принято разделение его на три главные части: вводную (подготовительную), основную и заключительную. Подготовительная часть урока играет вспомогательную роль и служит созданию необходимых предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Характерными задачами, которые решает педагог в этой части, являются: а) начальная организация занимающихся, овладение их вниманием, ознакомление их с предстоящей работой и создание необходимой для ее успеха психологической установки; б) постепенная функциональная подготовка организма к повышенным нагрузкам и изменение его физического состояния («разогревание»); в) создание благоприятного эмоционального состояния [2].

Основная часть урока служит непосредственному решению всех предусмотренных программами и планами текущей работы образовательных, воспитательных и гигиенических (оздоровительных) задач физического воспитания. Это гармоническое общее и необходимое специальное развитие опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, формирование навыков; вооружение занимающихся общими и специальными знаниями в области тактики, техники, а также формирование и совершенствование двигательных умений и навыков общеобразовательного и спортивного характера; общее и специальное воспитание двигательных (физических), а также моральных, интеллектуальных и волевых качеств.

В тесной связи с этими специфическими задачами физического воспитания в основной части урока (как и в других его частях) решаются также широкие задачи нравственного и эстетического воспитания.

В основной части урока могут применяться любые физические упражнения, которые служат эффективному решению перечисленных задач. В нее могут быть включены и упражнения, характерные для вводной и заключительной частей, если необходимо создать какие-либо дополнительные предпосылки для проведения основных упражнений, восстановить временно снизившуюся работоспособность тех или других органов и т. п. Однако не стоит забывать о плавном переходе из одной части в другую, моделировании игровой деятельности. Как отмечал Джерри В. Краузе, необходимо добиться от занимающихся выполнения каждого элемента с максимальной самоотдачей [3].

Совершенно необязательно также решать каждую задачу той или иной части урока порознь. Нередко бывает более целесообразно совместить несколько задач, если удастся подобрать упражнения, позволяющие одновременно и одинаково хорошо решить все их.

Трехчастным делением урока не исчерпывается его построение, а определяются лишь наиболее крупные и своеобразные этапы проведения каждого занятия – его общая структура, или макроструктура. Это как бы первый уровень весьма обобщенного упорядочения занятия. Вторым, более существенным уровнем построения урока, является определение последовательности упражнений в каждой его части и обеспечение оптимальных связей между ними, поскольку в своем влиянии на личность они взаимодействуют. Эффект каждого упражнения в какой-то мере предопределяется функциональными следами от предыдущих упражнений, и само оно тоже оставляет после себя след (последствие), влияющий на последующее или даже ряд последующих упражнений. Это влияние может быть и положительным, способствующим повышению эффектив-

ности очередного упражнения, и отрицательным, снижающим, даже сводящим на нет его эффективность. Вот почему так важно правильное распределение упражнений в каждой части урока. Известно, что даже при весьма удачном определении последовательности упражнений можно и не достичь желаемых результатов, если ошибочно построены действия педагога или занимающихся.

Литература

1. Уроки физической культуры в 7–8 классах средней школы / Ю. А. Барышников [и др.]. – Москва : Просвещение, 1986. – 222 с.
2. Мишин, Б. И. Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности / Б. И. Мишин. – Москва : Астрель, 2002. – 285 с.
3. Баскетбол – навыки и упражнения / Д. Краузе, Д. Мейер. – Москва : АСТ. Астрель, 2006. – 216 с.