

<b>3. КОЛЬЦА</b>				
1. Из размахивания в висе - вис согнувшись – вис	1. Выкрут вперед, прогнувшись	1. Подъем силой из виса в упор	1. Выкрут назад в вис - соскок переворотом	
Прогнувшись	2. Выкрут назад в вис	2. Упор углом - опускание, вперед прогнувшись, в вис прогнувшись	2. Сальто назад, прогнувшись в соскок	
2. Выкрут вперед, согнувшись	3. Два выкрута назад в вис	3. Два выкрута назад, прогнувшись в вис	3. Выкрут вперед, прогнувшись, и подъем махом назад в упор	
3. Выкрут назад в соскок	4. Из упора углом опускание вперед в вис, согнувшись	4. Соскок переворотом назад ноги врозь	4. Силой согнувшись, сгибая руки стойка, на руках	
4. Упор углом				
<b>4. ПРЫЖОК</b>				
1. Изучение и совершенствование отдельных фаз	1. Перевороты вперед в соскок с коня, площадки	1. Ноги врозь через коня в длину	1. Ноги врозь и, согнув ноги через коня, в длину	
2. Наскок в упор, присев и соскок, прогнувшись	2. Прыжок согнув ноги в ширину	2. Согнув ноги через коня в длину	2. Переворот вперед через коня в длину	
3. Прыжок ноги врозь через коня в ширину	3. Прыжок переворотом через низкого коня в ширину	3. Переворот вперед через коня в ширину		
4. Прыжок согнув ноги, через коня в ширину	4. Ширину			
<b>5. БРУСЬЯ</b>				
1. Размахивания в упоре	1. Соскок махом назад через стойку на руках	1. Соскок ноги врозь на концах жердей	1. Из упора, согнувшись, подъем разгибом в упор	
2. Соскок махом назад Прогнувшись (ноги выше головы)	2. Махом назад стойка на плечах; то же силой	2. Из размахивания в упоре, махом назад стойка на руках	2. Махом назад стойка на руках	
3. Соскок махом вперед из упора с поворотом кругом во-внутрь	3. Из виса подъем разгибом в упор	3. Из виса подъем разгибом в упор	3. Махом назад из упора отодвиг в упор (в вис) на руках и подъем махом вперед в упор	
4. Стойка на руках (на стойках)	4. Силой, согнувшись, ноги врозь, (сгибая руки) Стойка на руках	4. Силой, согнувшись, ноги врозь, с прямыми руками, стойка на руках		
<b>6. ПЕРЕКЛАДИНА</b>				
1. Оборот назад в упоре	1. Оборот вперед в упоре	1. Подъем махом назад в упор	1. Большие обороты назад и вперед	
2. Оборот вперед в упоре	2. Подъем разгибом в упор	2. Оборот назад из упора в вис	2. Повороты кругом на махе вперед (санжировка)	
3. Оборот вперед из упора, ноги врозь	3. Отмах назад из упора в вис (в стойку)	3. Большие обороты назад	3. Подъем двумя в упор сзади	
4. Из упора махом назад, соскок	4. Оборот назад из упора в вис		4. Подъем махом назад - оборот назад в вис	
	5. Из упора махом назад соскок согнув ноги			
	Через перекладину			

## ПРОГРАММИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ НА СПЕЦИАЛЬНОМ УЧЕБНОМ ОТДЕЛЕНИИ.

Загревская А.И. (ТГПУ)

В настоящее время обучение поляризуется вокруг двух характеристик:

- его управляемости;

- формирование у занимающихся способности «добывать» знания самостоятельно (Н.А. Менчинская).

Однако, ни одной из них не представлено в чистом виде, каждая из характеристик включает элементы другой. Обучение есть многосторонний процесс, включающий разные элементы его направлений (проблемное обучение, программированное обучение, обучение, основанное на теории поэтапного формирования умственных действий, алгоритмизация обучения, развивающее обучение по знаково-контекстному типу, проектное обучение и др.).

Одним из распространенных направлений обучения является программированное обучение. В его основе лежат дидактические принципы последовательности, доступности, систематичности и т.д.

Программированное обучение отличается от традиционного тем, что в нем присутствуют элементы обучающей программы. Для программированного обучения свойственно решение упорядоченной последовательности задач. В таком обучении в определенной мере реализуется индивидуальный подход, как учет характера усвоения программы. При этом главным является то, что процесс обучения управляется программой.

В отличие от программированного обучения просто программирование – это упорядочение содержания процесса обучения в соответствии с целевыми задачами занятий. В основе программирования лежит выбор оптимального варианта построения занятий. Программирование методико-практических занятий со студентами специального учебного отделения является весьма сложной задачей из-за большого количества переменных, включающих в себя объем, продолжительность, организацию занятий различной направленности, теоретическую подготовленность занимающихся.

Одним из составных элементов программирования занятий для студентов с ослабленным здоровьем является разработка технологии проведения методико-практической части занятия. Методико-практические занятия предусматривают самостоятельное проведение студентами специальной медицинской группы комплексов утренней гимнастики, лечебной физкультуры, подготовительной и основной частей занятия, подвижной игры с группой занимающихся и т.д. В условиях современного социума будущим учителям необходимо знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни для воспитательно-образовательной работы с детьми. Так как студенты специального учебного отделения по состоянию здоровья не могут овладеть программой по физической культуре в полном объеме, им необходимо, на наш взгляд, на более высоком уровне владеть системой практических умений и навыков, которые обеспечивали бы сохранение и укрепление не только собственного здоровья, но и здоровья школьников.

На наших методико-практических занятиях мы придерживаемся следующей схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия студентам заблаговременно дается задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания по ее усвоению;

- на занятии мы кратко объясняем методы обучения и показываем соответствующие приемы, способы выполнения физических упражнений, двигательных действий для достижения необходимых результатов по изучаемой методике;

- итоги выполнения задания анализируются и обсуждаются вместе со студентами, им выдаются индивидуальные рекомендации по практическому самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов.

## **К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ ПОВЫШЕНИЯ ПРЕСТИЖА ОБРАЗОВАНИЯ В РОССИИ**

Жукова О.А. (ТГПУ)

Проблема повышения престижа образования является сегодня сверхактуальной. Особенно это важно для России, чей традиционный идеал образованного человека органично сочетает в себе глубокую профессиональную подготовку с широким кругозором и высокой культурой.