

контрольная (проверочная) работа, которая строго соответствует целям, поставленным в данном учебном элементе.

Анализ литературы позволяет утверждать, что проблемно-модульное обучение интегрирует достижения теории проблемного обучения, концепции «сжатия» знаний и модульного обучения.

Перестройка процесса обучения на проблемно-модульной основе позволяет:

интегрировать и дифференцировать содержание обучения;

осуществлять самостоятельный выбор учащимися того или иного варианта курса в зависимости от уровня обученности и обеспечивать индивидуальный темп продвижения по программе;

акцентировать работу преподавателя на консультативно-координирующие функции управления познавательной деятельностью учащихся;

сократить курс обучения без особого ущерба для полноты изложения и глубины усвоения учебного материала.

ПЛАН-ПРОГРАММА ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ ГИМНАСТОВ

О.И.Загrevский, В.О.Загrevский (ТГПУ)

Согласно кибернетике, эффективное управление процессом учения возможно при выполнении следующей системы требований (Н.Ф.Талызина, 1969):

1. Указать цели управления;
2. Установить исходное состояние управляемого процесса;
3. Определить программу воздействий, предусматривающую основные переходные состояния процесса;
4. Обеспечить получение информации по определенной системе параметров о состоянии управляемого процесса, т.е. обеспечить систематическую обратную связь.
5. Обеспечить переработку информации, полученной по каналу обратной связи, с целью выработки корректирующих (регулирующих) воздействий и их реализации.

Применительно к процессу обучения, при планировании тренировочного процесса, реализация этих требований предполагает наличие трех специфических моделей, позволяющих ответить на вопросы:

1. Целей обучения (для чего учить).
2. Содержания обучения (чему учить).
3. Процесса усвоения (как учить).

Таким образом, прежде чем планировать тренировочный процесс юных гимнастов, необходимо определить цели обучения и, в соответствии с ними, программный материал гимнастических упражнений, подлежащих изучению и совершенствованию.

Отметим некоторые аспекты этой проблемы. С нашей точки зрения их две: во-первых, в спортивной гимнастике неуклонно продолжается дальнейший рост сложности упражнений во всех видах гимнастического многоборья, а во-вторых, спортивная гимнастика (контингент занимающихся) очень молода. А цели остались прежние – мировое лидерство.

В связи с этим в существующие учебные программы для ДЮСШ и учебные планы тренеров добавляются все новые и новые объемы упражнений и исполняемой тренировочной работы, а нагрузки для юного организма не могут быть беспредельны. И самое главное, это не гарантирует достижения заданного результата.

По этой причине нами была предпринята попытка с учетом вышесказанного так спланировать основной материал базовых и профилирующих упражнений элементного состава, чтобы они соответствовали минимальному объему соревновательных упражнений каждой возрастной группы занимающихся с учетом разрядных нормативов.

При этом предполагалось, что по истечении учебного года в ДЮСШ, учащиеся овладевали обязательным минимумом программных упражнений в своей возрастной группе, и при этом условии переводились на следующий учебный год.

В основу планирования была положена методика составления тематизированной рабочей программы, которая определяла содержание учебного материала по элементному составу на каждом виде гимнастического многоборья. В среднем, за каждый учебный год, юные гимнасты на каждом снаряде должны были освоить 4-5 новых гимнастических упражнений, и по истечении 4-х лет занятий овладеть 96-102 обязательными упражнениями.

При этом творчество тренера, как субъекта управления тренировочным процессом, ни коим образом не ограничивалось. При успешном овладении (по срокам освоения) юными гимнастами необходимого обязательного перечня базовых упражнений, им предоставлялась возможность освоения наиболее понравившихся движений, на основе которых в дальнейшем они смогли бы осваивать более сложные.

Учитывалось, что юные гимнасты могут овладеть спортивным мастерством на основе всесторонней физической, специально-двигательной и технической подготовки, осуществляемой на всех этапах обучения. Важно обеспечить такое поступательное развитие физических, специально-двигательных и функциональных возможностей юных гимнастов, при котором наивысший уровень спортивных достижений пришелся бы на период зрелого возраста. Необходим высокий уровень развития двигательной функции юных гимнастов, который позволил бы им овладеть совершенной техникой, высоким мастерством исполнения гимнастических упражнений и умениями управлять двигательной, интеллектуальной и психической деятельностью в процессе выполнения упражнений.

Реализация этой программы требует использования современных методик обучения, обеспечивающих оперативное управление учебным процессом путем обратной связи, получения с ее помощью сведений о ходе процесса формирования двигательных навыков, а также внесения в него необходимых уточнений.

Материалы планирования изучаемых упражнений представлены в таблице № 1. Экспериментальная проверка базового материала (предлагаемая программа), проведенная в ДЮСШ-№ 3 г. Томска подтвердила ее эффективность не только по качеству освоения материала, но и по срокам освоения. Юные гимнасты (7-11 лет) осваивали предлагаемые упражнения гораздо быстрее и качественнее.

Таблица 1

План спортивно-технической подготовленности на 4 года обучения (мальчики)

№	1-ый класс	№	2-й класс	№	3-ий класс	№	4-ый класс
			1. АКРОБАТИКА				
1.	Стойка на руках	1	Перевороты вперед	1	Два фляка с места	1	Рондат-фляк-сальто в группировке
2.	Переворот боком	2.	Рондат	2.	Сальто вперед с разб.		
3.	Переворот вперед	3.	Фляк	3.	Рондат - фляки	2.	Рондат-фляк-бланш
4.	Подъем разгибом	4.	Кувьрки из стойки и в стойку на руках	4	Рондат - сальто назад в группировке	3.	Переворот вперед - сальто вперед в групп.
			2. КОНЬ/МАХИ				
1.	Взмахи и махи в упоре	1.	Крути одной - одноимен - ные и разноименные	1.	Соединения из прямых и обратных скрещений	1.	Крути двумя в упоре левая на ручке - правая на теле
2.	Перемах левой, левой	2.	Прямые скрещения	2.	Крути двумя на грибке		
	Назад - перемах правой,	3.	Обратные скрещения	3.	Крути двумя на грибке	2.	Крути двумя в упоре поперек на теле коня
	Правой назад	4.	Из упора сзади - соскок углом влево назад		с ручками	3.	Крути двумя на ручках

3. КОЛЬЦА				
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				
4. ПРЫЖОК				
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			
5. БРУСЬЯ				
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		
6. ПЕРЕКЛАДИНА				
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.).