

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МАЯТНИК ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ

Алихан Акмалович Афраймов

Преподаватель, кафедра физической культуры и спорта Бухарского государственного университета, г. Бухары, Республики Узбекистан

АННОТАЦИЯ

В статье физическом воспитании сейчас довольно широко практикуются нормативные способы количественной постановки задач и оценки результатов их выполнения. Термины «норма», «норматив» в количественно-регламентирующем смысле, как известно, означают определенную величину-меру, принимаемую за унифицированный показатель того, что должно быть достигнуто в результате деятельности**. Совокупность норм, соразмерных с различными уровнями результатов (от начальных до предельных), представляют собой как бы последовательные ступени восхождения по лестнице достижений и возможностях повышения уровня преподавания теории.

Ключевые слова: педагогика/ теория физического воспитания/ организация деятельности/ коллектив/ школьник/ урок.

METHODOLOGICAL BASIS OF PHYSICAL EDUCATION THE PENDULUM OF THEORETICAL KNOWLEDGE

Alikhan Akmalovich Afraimov

Lecturer, Department of Physical Culture and Sports, Bukhara State University,
Bukhara, Republic of Uzbekistan

ABSTRACT

In the article on physical education, normative methods of quantitatively setting tasks and assessing the results of their implementation are now widely practiced. The terms “norm”, “standard” in a quantitatively regulatory sense, as you know, mean a certain value-measure taken as a unified indicator of what should be achieved as a result of activities **. The set of norms, commensurate with different levels of results (from initial to marginal), represent, as it were, successive steps in climbing the ladder of achievements and opportunities for improving the level of teaching theory.

Keywords: pedagogy / theory of physical education / organization of activity / team / student / lesson.

Маятник — система, подвешенная в поле тяжести и совершающая механические колебания. Колебания совершаются под действием силы тяжести, силы упругости и силы трения. Во многих случаях трением можно пренебречь, а от сил упругости абстрагироваться, заменив их связями.

В физическом воспитании сейчас довольно широко практикуются нормативные способы количественной постановки задач и оценки результатов их выполнения. Термины «норма», «норматив» в количественно-регламентирующем смысле, как известно, означают определенную величину-меру, принимаемую за унифицированный показатель того, что должно быть достигнуто в результате деятельности**. Совокупность норм, соразмерных с различными уровнями результатов (от начальных до предельных), представляют собой как бы последовательные ступени восхождения по лестнице достижений.

Многие специалисты признают необходимость принципиального улучшения системы физического воспитания студентов средних и высших учебных заведений, направленной на подготовку будущих специалистов к сдаче нормативов по физической подготовленности. Отсутствие осознаваемой студентами связи преподаваемого предмета с профессиональной подготовкой снижает интерес будущих педагогов к данной учебной дисциплине. Кроме того, у студентов происходит закономерное снижение интереса к физической культуре, так как они не получают навыков самообразования и саморазвития в данной сфере предстоящей профессиональной деятельности. Теоретическое обоснование значимости повышения эффективности управления физкультурно-спортивной деятельностью учащейся молодежи с целью более качественной подготовки к профессиональному труду. Методы: анализ и обобщение научной и научно-методической литературы, передового педагогического опыта специалистов-практиков в области физической культуры, наблюдения, педагогический эксперимент, тестирование, математическая обработка материала. Результаты. Выявлены ведущие педагогические условия повышения эффективности способов управления физкультурно-спортивной деятельностью учащейся молодежи: разработка системы задач профессиональной подготовки учащейся молодежи средствами физической культуры и спорта; понимание роли и места средств физической культуры и спорта в общей системе профессионального образования, интеллектуального, духовно-нравственного и физического развития; определение рационального соотношения средств физической культуры и спорта с другими средствами подготовки выпускников средних и высших учебных заведений; направленность учебных и учебно-тренировочных занятий по физической культуре на развитие интеллектуальных качеств, необходимых для предстоящей профессиональной деятельности, а также совершенствования духовно-нравственных свойств личности. Заключение. Формирование

способности к мобилизации своего творческого потенциала, переориентировка накопленного педагогического опыта на деятельность в новом русле, а также изменение системы подготовки молодых специалистов к работе в современных условиях является основным направлением модернизации системы физического воспитания учащейся молодежи. Вместе с тем нормы имеют и контрольно-оценочное значение: по выполнению либо невыполнению их можно с известной определенностью судить о том, как идет реализация поставленных задач, соответствует ли ход физического воспитания намеченному, какова эффективность примененных в нем средств и методов, насколько удалось повлиять благодаря их применению на динамику физического развития и физической подготовленности воспитываемых. С учетом всего этого в теории и практике физического воспитания проблеме разработки адекватных нормативов уделяется возрастающее внимание. Разумеется, далеко не все задачи в воспитании могут быть выражены в количественно-нормативной форме; ряд задач по воспитанию сознания и нравственных качеств личности вообще не подлежит количественно-нормативной формализации (если не становиться на путь вульгаризации самой сути их).

Разработка комплекса нормативов, которые адекватно выражали бы количественные параметры результатов, предусматриваемых в физическом воспитании, предполагает выяснение прежде всего двух вопросов: 1) какие из безграничного в принципе числа проявлений физических возможностей человека выбрать в качестве наиболее информативных показателей всесторонней физической подготовленности; 2) какой уровень этих показателей следует считать нормальным, нормой. Заведомо ясно, что на эти вопросы не может быть однозначного ответа, поскольку объективно требования, предъявляемые жизнью к физической подготовленности человека, не остаются неизменными (как исторически, так и в онтогенезе), изменяется и конкретная характеристика физического статуса человека. Речь может идти, следовательно, лишь о динамичных нормах и о дифференцированном определении их для различных демографических контингентов с учетом конкретных условий, которые в решающей мере влияют на уровень их физической подготовленности. Отбор информативных показателей физической подготовленности различных контингентов шел эмпирически на протяжении многих веков, но выдержанные с научных позиций подходы к его рационализации начали намечаться сравнительно недавно. Они связаны с массовыми специализированными обследованиями (тестированием) по обширной программе, предусматривающей представительный комплекс тестов (испытаний в стандартизированных контрольных упражнениях), математико-статистической обработкой и содержательным анализом результатов тестирования. При установлении нормативов физической подготовленности в

расчет берут не просто усредненные данные тестирования, а нормированные вариации показателей.

В практике физического воспитания наряду с использованием унифицированных нормативных показателей для конкретизации задач применяют и другие способы четкой постановки их, позволяющие придать им параметрическую определенность, а вместе с тем и индивидуализировать их (на что, понятно, не рассчитаны унифицированные нормативы).

REFERENCES

1. А.А. Афраимов, М.А. Умаров СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА - Проблемы науки, 2021 (pp 53-55)
2. А.А. Афраимов, М.З. Джураева, И.Т. Хамраев К вопросу о занятиях по физическому воспитанию школьников Academy, 2019 (pp92-93)
3. А.А. Афраимов Универсальный помощник для подготовки к физической культуре по предмету плавание Scientific progress, 2021 (pp 572-579)
4. N. MUXITDINOVA, A. A. AFRAIMOV - sport mashg'ulotlari jarayonida o'quvchilar jismoniy tayyorgarligining rivojlanish ko'rsatkichlari O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIMI VAZIRLIGINING ILMIY-METODIK JURNALI 2020 yil (pp 45-48)
5. Афраимов А.А., Умаров М.А. СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА - Проблемы науки № 2 (61), 2021 (pp 53-55)
6. А.А. Афраимов - УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ПОМОЩНИК ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПО ПРЕДМЕТУ ПЛАВАНИЕ Scientific progress, 2021 (pp572-577)
7. А.А. Афраимов Позитивное влияние плавания на здоровье студента Проблемы педагогики, 2020 (pp 77-78)
8. А.А. Афраимов Способы повышения роли гибридных методов физического воспитания в образовательном процессе Проблемы педагогики НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ № 9 (57), 2020 (pp72-74)
9. А.А. Афраимов Место уроков физического воспитания в физическом развитии молодежи У Ч Е Н Ы Й Х Х I В Е К А апрель 2019 г международный научный журнал (pp 89-91)
10. А.А. Афраимов, А.Ш. Акрамов THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN INTELLECTUAL, MORAL, LABOR AND AESTHETIC EDUCATION INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION OF THE YOUNGER GENERATION 26 декабр 2020 (pp 6-10)
11. Холиков К.Б. Тяготение основа-основ в музыкальной композиции Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 459-464)

12. Холиков К.Б. Время поэтапного развития нотации Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 452-458)
13. Холиков К.Б. Полуимпровизационные формы профессиональной музыки Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 446-451)
14. Холиков К.Б. Свободой выбора исполнительского состава в эпоху ренессанса Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 440-445)
15. Холиков К.Б. Тенденции строгой и детальной фиксации в музыке. Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 380-385)
16. Холиков К.Б. Многоголосные формы музыки на основе традиционных принципов организации. Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 375-379)
17. Холиков К.Б. Модульная музыкальная образовательная технология как важный фактор развития учебного процесса по теории музыки. Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 370-374)
18. Холиков К.Б. Проблемы автоматизированного сбора информации по анализу музыки - гармонию, кантрапункта и совокупность аккордов. Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 361-369)
19. Холиков К.Б. Роль электронного учебно-методического комплекса в оптимизации музыкального обучение в общеобразовательной школе. Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 114-118)
20. Холиков К.Б. Эффективные способы изучения музыкальных элементов в школьном обучении Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 108-113)
21. Холиков К.Б. Патриотическое музыкальное воспитание детей младшего школьного возраста через музыкального образование: основные подходы и задачи Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 102-107)
22. Холиков К.Б. Теоретические особенности формирования музыкальных представлений у детей школьного возраста Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 96-101)
23. Холиков К.Б. Проектирование состава хорового коллектива с применением школьных учеников в условиях Узбекистана Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 1094-1100)
24. Холиков К.Б. «Колесо навыков» как универсальный инструмент помощи соискателям для подготовки к управлению хором Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 1080-1086)
25. Холиков К.Б. О соответствующих последовательности трех аккордов - тоники, субдоминанты и доминанты Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 1068-1073)
26. Холиков К.Б. Природа отношений, регулируемых инструментом возбуждения музыкальных эмоций при коллективном пении Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 1032-1037)

27. Холиков К.Б. Новые языковые тенденции музыкального образование ввремя пении хорового коллектива Журнал SCIENTIFIC PROGRESS(pp. 1025-1031)
28. Холиков К.Б. Характер музыки и результат смысловое содержание произведения Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 563-569)
29. Холиков К.Б. Звуко-высотная организация и последовательность частей формы музыки Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 557-562)
30. Холиков К.Б. Манеры пения хорового коллектива и анализ произведения музыки с подвижной структурой и комбинируемым материалом Журнал SCIENTIFIC PROGRESS (pp. 550-556)
-