

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УДК 378.037.1

Сак  
Юрий Васильевич

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ  
И ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ  
У БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ**

**Автореферат диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук**

**по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической  
культуры**

Минск, 2015

Работа выполнена в учреждении образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

Научный руководитель:

**Барков Владислав Алексеевич,**  
доктор педагогических наук, профессор,  
профессор кафедры теории и методики  
физической культуры учреждения  
образования «Гродненский государственный  
университет имени Янки Купалы»

Официальные оппоненты:

**Коледа Виктор Антонович,** доктор  
педагогических наук, профессор, заведующий  
кафедрой физического воспитания и спорта  
Белорусского государственного университета

**Коняхин Михаил Васильевич,**  
кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры спортивных дисциплин  
учреждения образования «Гомельский  
государственный университет имени  
Ф. Скорины»

Оппонирующая организация:

учреждение образования «Мозырский  
государственный педагогический  
университет имени И.П. Шамякина»

Защита состоится «3» февраля 2016 г. в 14 часов на заседании совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, г. Минск, проспект Победителей, 105, e-mail: nir@sportedu.by, тел. 369-39-36.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Автореферат разослан «31» декабря 2015 г.

Ученый секретарь  
совета по защите диссертаций  
кандидат педагогических наук, доцент



Е.В. Фильгина

## **Общая характеристика работы**

### **Связь работы с научными программами (проектами), темами**

Диссертационное исследование выполнено в соответствии с государственной программой фундаментальных исследований «Разработка основ развития системы непрерывного образования в Республике Беларусь» (государственная программа Фонда фундаментальных исследований НАН Беларуси «Непрерывное образование», номер государственной регистрации 20013459), темами научно-исследовательской работы кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»: «Совершенствование основ теории и методики физического воспитания различных контингентов занимающихся» (номер государственной регистрации 2008312 от 28.08.2008) и «Совершенствование методик физического воспитания и спортивной тренировки с различным контингентом занимающихся» (номер государственной регистрации 20121182 от 30.03.2012).

### **Цель и задачи исследования**

*Цель исследования* – научное обоснование, разработка и апробация методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов в аспекте их предстоящей педагогической деятельности.

*Задачи исследования:*

1. Выявить теоретические предпосылки к научному обоснованию повышения эффективности организации образовательного процесса по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов.
2. Построить педагогическую модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов.
3. Разработать и апробировать методику формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов.

### **Научная новизна**

Новизна результатов и положений, выносимых на защиту, заключается в том, что впервые выявлен, теоретически обоснован и экспериментально подтвержден принципиально новый методический подход к организации практических занятий по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов, заключающийся в применении комбинированных условий их организации (50 % времени занятия проводятся без лыж и 50 % – на лыжах).

Основные результаты научного исследования:

- выявлены теоретические предпосылки к научному обоснованию повышения эффективности организации образовательного процесса по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов;
- построена педагогическая модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов, реализуемая в процессе изучения учебной дисциплины «Физическая культура» и направленная на овладение методикой проведения уроков;
- впервые разработана и внедрена в образовательный процесс методика формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов, основанная на применении для формирования знаний активных методов обучения, для овладения техникой передвижения на лыжах – имитационных упражнений лыжника и упражнений на развитие координационных способностей в аспекте специальной физической подготовки.

### **Положения, выносимые на защиту**

1. Теоретическими предпосылками к научному обоснованию повышения эффективности организации образовательного процесса по физической культуре (лыжной подготовке) с будущими учителями начальных классов являются:

- методика подготовки педагогических кадров по физической культуре, необходимая для формирования у будущих учителей начальных классов знаний, умений и навыков проведения с учащимися уроков по лыжной подготовке в рамках учебного предмета «Физическая культура и здоровье»;
- обучение будущих учителей начальных классов как единство теоретической и практической лыжной подготовки к самостоятельной профессионально-педагогической деятельности в роли учителя физической культуры начальной школы;
- физическое воспитание будущих учителей начальных классов как инновационный образовательный процесс для решения задач по формированию у них знаний методики проведения уроков по лыжной подготовке с применением активных методов обучения и овладению навыками передвижения на лыжах с использованием подготовительных (координационных) и подводящих (имитационных) упражнений.

2. Педагогическая модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов содержит следующие блоки: *концептуальный*, представленный целью образовательной деятельности и педагогическими условиями, обеспечивающими успешность данного процесса; *методологический*, опирающийся на системный, личностно-ориентированный, деятельностный и компетентностный подходы; *процессуальный*, раскрывающий этапы реализации методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке и организационно-педагогические способы деятельности,

направленные на ее внедрение в практику работы учреждений высшего образования; *результативный*, содержащий критерии оценки специальных знаний, двигательных и организационно-методических навыков по обучению технике передвижения на лыжах, позволяющих оценить результативность данного процесса.

3. Разработанная методика формирования у будущих учителей начальных классов знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке характеризуется последовательно осуществляемой образовательной деятельностью, направленной на реализацию активных методов формирования знаний, навыков передвижения на лыжах за счет использования подготовительных (координационных) и подводящих (имитационных) упражнений, выполняемых без лыж.

Экспериментальная методика состоит из четырех этапов: 1) *диагностического*; 2) *предварительной лыжной подготовки*; 3) *практико-деятельностного*; 4) *контрольно-рефлексивного*. Каждый из этапов характеризуется задачами, методами работы с будущими учителями начальных классов и планируемым результатом. Основным направлением практического использования методики является ее включение в авторскую учебную программу «Лыжная подготовка с методикой преподавания» для студентов специальности 1-01 02 01 «Начальное образование» в объеме 42 часов.

Эффективность разработанной методики подтверждена положительной динамикой сформированности у будущих учителей начальных классов знаний, необходимых для проведения уроков по лыжной подготовке, достоверным повышением показателей технической подготовленности, развитием специальных координационных способностей.

#### **Личный вклад соискателя ученой степени**

Соискателем самостоятельно выполнена исследовательская работа по выявлению теоретических предпосылок к научному обоснованию повышения эффективности организации образовательного процесса по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов. Построена и апробирована модель формирования у будущих учителей начальных классов знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке, направленная на овладение методикой проведения уроков физической культуры и здоровья. На основе анализа собственного многолетнего педагогического опыта и проведенных научных исследований разработана методика формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов, имеющая значительный педагогический эффект по сравнению с традиционной, разработано и внедрено программно-методическое и дидактическое сопровождение данной методики в учреждении высшего образования.

В четырех совместных публикациях диссертанту принадлежит их основное содержание.

## **Апробация диссертации и информация об использовании ее результатов**

Результаты диссертационного исследования докладывались и обсуждались на: региональной научно-практической конференции «Проблемы физического воспитания населения на современном этапе», посвященной 15-летию кафедры ТиМФК ГрГУ им. Янки Купалы (Гродно, 22–23 октября 2004 г.); Международном научном симпозиуме «Физическая культура и спорт в системе образования. Здоровьесберегающие технологии и формирование здоровья», посвященном 60-летию Великой Победы (Гродно, 6–10 мая 2005 г.); II Международной научно-практической конференции «Спортивные игры и единоборства в современной системе физического воспитания», посвященной 15-летию кафедры спортивных игр ГрГУ им. Янки Купалы (Гродно, 26–27 октября 2006 г.); VII Международной научно-практической конференции «Технологии оценки учебных достижений учащихся и студентов (технообраз – 2009)» (Гродно, 17–18 марта 2009 г.); VIII Международной научно-практической конференции «Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе» (Минск, 29–30 ноября 2012 г.); Международной научно-практической конференции «Физическое воспитание и современные технологии формирования физической культуры личности студента», посвященной 65-летию кафедры физического воспитания и спорта ГрГУ им. Янки Купалы (Гродно, 21 декабря 2013 г.); Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях» (Гродно, 15–16 мая 2015 г.).

Результаты исследования внедрены в образовательный процесс подготовки педагогических кадров в учреждении образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» (акты о внедрении № 03-8/041 от 26.03.2015 и № 03-8/041-1 от 26.03.2015).

## **Опубликование результатов диссертации**

Основные результаты исследования опубликованы в 29 научных публикациях. Из них: 1 монография (8,64 авторского листа); 8 статей в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь (5,81 авторского листа); 1 статья в сборнике научных статей (0,50 авторского листа); 17 статей в материалах конференций (3,15 авторского листа); 1 тезисы доклада (0,06 авторского листа); раздел в учебном пособии для учителей (1,35 авторского листа). Общий объем опубликованных работ составляет 19,51 авторского листа.

## **Структура и объем диссертации**

Диссертационная работа состоит из оглавления, перечня условных обозначений, введения, общей характеристики работы, трех глав, заключения, библиографического списка и приложений.

Полный объем диссертации составляет 229 страниц, основное содержание изложено на 120 страницах, иллюстрировано 12 таблицами (4 страницы) и

5 рисунками (3 страницы). Библиографический список изложен на 21 странице и включает в себя 249 наименований, из которых 211 – на русском языке, 9 – на иностранном языке, 29 – список авторских публикаций. Количество приложений – 15 (объем составляет 88 страниц), из них 2 акта внедрения.

## **Основное содержание диссертации**

Первая глава *«Теоретические предпосылки исследования проблемы организации физического воспитания с профессиональной направленностью будущих учителей начальных классов»* содержит анализ исследований в области педагогики, теории и методики физической культуры, раскрывающий особенности организации физкультурного образования будущих учителей начальных классов как важной составляющей их специальной профессиональной подготовки, как многогранного, многообразного явления, характеризующегося специфическим содержанием и структурой.

Согласно существующей точке зрения специалистов, проблема качественной подготовки педагогов для работы в области физической культуры является достаточно актуальной в Республике Беларусь (В. А. Барков, В. Н. Кряж). Среди педагогических работников учителя начальных классов занимают особое место, поскольку во время обучения в учреждениях высшего образования на основании существующей учебно-программной документации по специальности 1-01 02 01 «Начальное образование» они обязаны овладеть организационно-методическими знаниями и двигательными навыками обучения учащихся физическим упражнениям, входящими в содержание учебной программы для общеобразовательных учреждений по предмету «Физическая культура и здоровье» (1–4-е классы), среди которых представлена и лыжная подготовка. Качество обучения учащихся данным видам физических упражнений во многом определяется теоретико-методической и двигательной подготовленностью учителя, поэтому успешное решение задач физического воспитания с младшими школьниками зависит от специального физкультурного образования учителя начальных классов, уверенно владеющего методиками проведения урочных форм занятий. Анализ программно-методического обеспечения организации физического воспитания будущих учителей начальных классов указал на отсутствие научно обоснованной методики их теоретической и практической подготовки к предстоящей деятельности в роли учителя физической культуры.

Сущность физического воспитания будущих учителей начальных классов должна быть направлена на их профессиональную подготовку к предстоящей педагогической деятельности и состоять из специальных знаний в области теории и методики физического воспитания, обеспечивающих высокую компетентность по использованию средств физического воспитания в работе с учащимися начальных классов, а также необходимых для этого двигательных умений и навыков. Реально выполнить программу профессиональной лыжной подготовки будущих учителей начальных классов можно лишь в том случае, если в процессе прохождения учебного материала по дисциплине «Физическая культура» будут созданы необходимые условия для их эффективной подготовки к преподаванию учебного предмета «Физическая культура и здоровье».

Во второй главе *«Методология, методы и организация исследования»* представлены методологические основания проведения исследования, описаны его этапы и применявшиеся методы, построена модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов.

На *философском уровне* основой исследования явились диалектическая методология, базовые понятия гносеологии, экзистенциальная трактовка человеческого бытия как способа самореализации индивида в труде (А. Г. Мысливченко, В. С. Степин, И. Т. Фролов).

В качестве *общенаучной методологии* исследования использован системный подход в образовательной сфере (А. Н. Аверьянов, М. С. Каган), идеи, теории, концепции развития личности (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев), закономерности и сущность педагогической деятельности и содержания физкультурного образования (В. А. Карпушин, Н. Н. Чесноков).

На *частнонаучном уровне* основой исследования явились требования к реализации в физическом воспитании студентов принципов, отражающих специфические закономерности его построения (Б. А. Ашмарин, Л. П. Матвеев, Ж. К. Холодов); педагогические и физиологические концепции, объясняющие построение, развитие, совершенствование двигательного навыка в процессе обучения двигательным действиям (М. М. Боген, В. Т. Назаров); идеи, положения, теории, закономерности, относящиеся к формированию знаний методики преподавания лыжной подготовки и навыков передвижения на лыжах (Н. А. Демко, В. М. Киселев, И. В. Листопад). Все это нашло выражение в содержании и логике нашего исследования.

На *конкретно-научном уровне* для решения поставленных задач применялись *педагогические и математико-статистические методы исследования*.

*Педагогические методы* представлены анализом научно-методической литературы по теме исследования, моделированием, экспертной оценкой

специалистов, контрольно-педагогическими измерениями, педагогическим экспериментом.

*Модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов.* Формирование знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов является сложным процессом, успешность которого зависит от умения определить «что, как и когда необходимо изменить в его организации». Поэтому данный процесс необходимо смоделировать. Построенная модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов (рисунок 1) – структурное образование, позволившее представить в схематической форме реальный образовательный процесс путем объединения в единое целое его компонентов. Компонентами модели в нашем исследовании выступают *концептуальный, методологический, процессуальный и результативный блоки.*

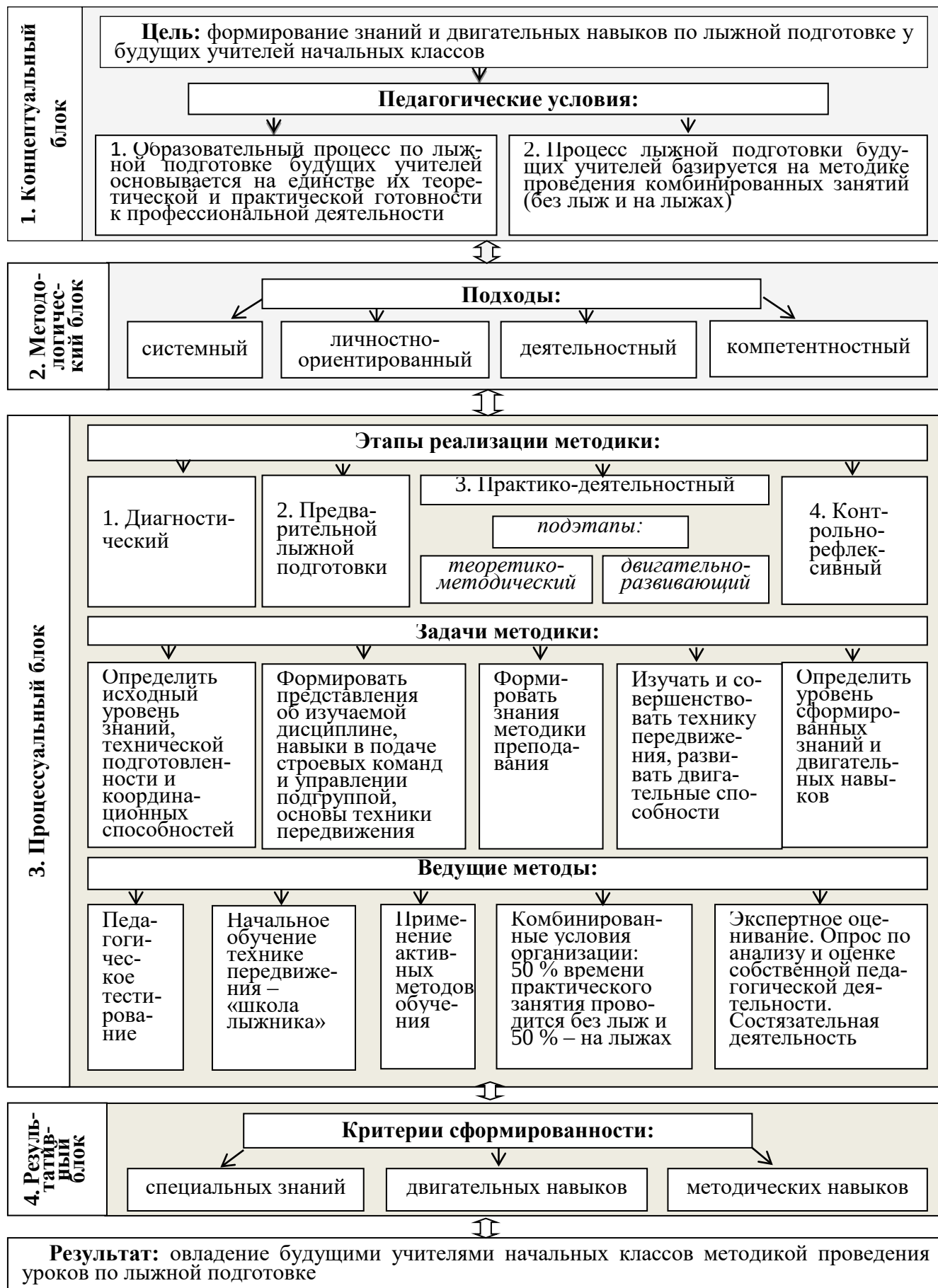
Предложенная педагогическая модель направлена на последовательное и целенаправленное формирование знаний, навыков передвижения на лыжах и на методику обучения технике передвижения на лыжах студентов, обучающихся по специальности 1-01 02 01 «Начальное образование».

*Математико-статистические методы* представлены статистическим описанием и корреляционным анализом.

*Организация исследования.* С целью последовательного решения поставленных задач исследование было выполнено в четыре этапа за период с 2000 по 2015 годы.

На *первом (предварительном) этапе* (2000–2005 г.) осуществлялась поисково-исследовательская работа, позволившая определить тему, цель и задачи исследования; определить объект и предмет исследования; изучить научно-методическую литературу по проблеме исследования, программно-нормативные документы; проанализировать образовательный процесс будущих учителей начальных классов и определить методологию исследования; выбрать тесты для оценки знаний по лыжной подготовке, техники способов передвижения и организационно-методических навыков по обучению передвижению на лыжах; осуществить контроль за физическим развитием, физической подготовленностью и функциональным состоянием будущих учителей начальных классов; определить педагогические условия обеспечения эффективности процесса формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей.

Проведенный констатирующий педагогический эксперимент с участием 43 студенток педагогического факультета учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» позволил:



**Рисунок 1. – Педагогическая модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов**

– определить у них уровень знаний по лыжной подготовке в объеме требований учебной программы для общеобразовательных учреждений по предмету «Физическая культура и здоровье»;

– оценить технику передвижения, сформированную во время обучения в учреждении общего среднего образования;

– оценить уровень физического развития, физической подготовленности и функционального состояния.

Также при проведении эксперимента осуществлялись:

– выбор доступных для участников исследования имитационных упражнений лыжника и упражнений на развитие координационных способностей;

– разработка комплексов упражнений для развития динамического и статического равновесия, соответствующих требованиям типовой учебной программы для высших учебных заведений по дисциплине «Физическая культура» (2008), двигательным и функциональным возможностям занимающихся;

– разработка тестов и тестовых заданий на компьютерной основе для оценки специальных знаний по лыжной подготовке;

– организация практических занятий по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов в комбинированных условиях их организации, когда 50 % времени каждого занятия проводилось *без лыж* и 50 % – *на лыжах*; исследование ее особенностей;

– предварительная лыжная подготовка всех участников исследования;

– изучение влияния выбора организационных форм проведения практических занятий на показатели физического развития, физической подготовленности и функционального состояния испытуемых;

– разработка экспериментальной методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов в аспекте их предстоящей педагогической деятельности.

В результате проведения констатирующего педагогического эксперимента получены данные, подтвердившие необходимость разработки подходов к организации, наполнению содержания и внедрению в педагогическую практику методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов. Этому должно способствовать создание целостной педагогической модели формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей.

На *втором (проектно-программном) этапе* исследования (2006–2010 г.) осуществлено обоснование и построение педагогической модели формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов, разработана экспериментальная программа по лыжной подготовке, направленная на их подготовку к самостоятельному проведению

уроков. Опираясь на основополагающие принципы теории и методики физического воспитания и результаты собственных исследований, мы разработали методику, основанную на формировании у будущих учителей знаний и двигательных навыков, необходимых для проведения уроков по лыжной подготовке в рамках учебной программы для общеобразовательных учреждений по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» (1–4-е классы).

На *третьем (реализационно-проверочном) этапе* исследования (2011–2012 г.) проведен формирующий педагогический эксперимент (ФПЭ) по обоснованию эффективности разработанной методики, в рамках которого была реализована авторская учебная программа «Лыжная подготовка с методикой преподавания» для будущих учителей начальных классов; проверены и скорректированы представления о формировании специальных знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке; педагогические условия, оказывающие существенное влияние на качество педагогического процесса в целом.

Реализация *четвертого (аналитического) этапа* диссертационного исследования (2013–2015 г.) позволила установить эффективность методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов. В рамках этапа осуществлена математико-статистическая обработка полученного материала; проанализировано влияние рассмотренных организационных форм проведения практических занятий по лыжной подготовке на развитие у испытуемых двигательных координационных способностей; сформулированы основные научные результаты и рекомендации по практическому их использованию; проведены анализ, оценка и обсуждение результатов; оформлены документы, подтверждающие эффективность внедрения результатов в практику; осуществлена публикация материалов в печати.

Использованная в научной работе организация исследования направлена на всестороннее изучение проблемы повышения в учреждениях высшего образования качества образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура» с будущими учителями начальных классов.

В третьей главе «*Разработка и экспериментальное обоснование методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов*» представлено содержание разработанной методики и оценка ее эффективности в ходе реализации ФПЭ, который проходил в периоды с февраля по март 2012 года (второй семестр 2011/2012 учебного года) и с ноября по декабрь 2012 года (третий семестр 2012/2013 учебного года) на базе учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» с участием студенток первого и второго курсов педагогического факультета, будущих учителей начальных классов, составивших экспериментальную (ЭГ) (n = 43) и контрольную (КГ) (n = 37) группы.

Для установления однородности состава ЭГ и КГ до начала эксперимента проведена сравнительная оценка уровня теоретико-методических знаний и технической подготовленности в объеме требований учебной программы для общеобразовательных учреждений по предмету «Физическая культура и здоровье», двигательных координационных способностей. Статистически значимых отличий не установлено.

Будущие учителя в КГ занимались по учебной программе учреждений высшего образования по дисциплине «Физическая культура».

В целом запланированное время занятий в рамках ФПЭ в ЭГ и КГ было идентичным: на теоретическую подготовку – 11 %, техническую – 44 %, общую и специальную физическую – 17 %, методическую (учебная практика) – 11 %, другие виды подготовки – 17 %. Отличие заключалось в том, что образовательный процесс в КГ осуществлялся только на лыжах и характеризовался:

- технической подготовкой с использованием традиционных подводящих и подготовительных упражнений для освоения техники передвижения на лыжах (М. А. Аграновский, В. Н. Пальчевский);

- формированием специальных знаний по лыжной подготовке репродуктивным методом (Е. И. Кудрявцев, В. Н. Манжосов).

Разработанная экспериментальная методика формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей с учетом особенностей ее преподавания в начальных классах учреждений общего среднего образования состояла из четырех этапов.

На *диагностическом этапе* фиксировался исходный уровень сформированности знаний, технической подготовленности и двигательных координационных способностей у будущих учителей ЭГ и КГ к проведению уроков по лыжной подготовке, что позволило определить, проанализировать и учесть в дальнейшем исходные показатели теоретико-практической подготовленности.

*Этап предварительной лыжной подготовки* (общий для исследуемых групп) позволил осуществить начальное обучение технике передвижения на лыжах и тем самым сформировать общее представление об основах техники передвижения. На усвоение учебного материала отводилось по шесть часов практических занятий и четыре часа лекционных – во втором семестре 2011/2012 учебного года.

При проведении практических занятий применялась единая методика начального обучения технике передвижения на лыжах – «школа лыжника» (Д. Д. Донской и Х. Х. Гросс); проводилась учебная практика по овладению навыками подачи команд и управления учебной подгруппой (по 10 мин на 2 занятиях).

Основным этапом экспериментальной методики являлся *практико-деятельностный*, который реализовывался посредством двух взаимосвязанных подэтапов: *теоретико-методического и двигательно-развивающего*.

На усвоение учебного материала в ЭГ отводилось 32 часа практических занятий (по четыре часа в неделю) со второго (2011/2012 учебный год) по третий (2012/2013 учебный год) семестры (16 часов во втором и 16 часов в третьем семестре).

Рассматриваемый этап экспериментальной методики характеризовался тем, что каждое практическое занятие состояло из двух дидактически взаимосвязанных частей: в *первой части (без лыж)* решались задачи по формированию знаний методики преподавания лыжной подготовки с использованием активных методов обучения, по формированию двигательных умений и навыков за счет выполнения подводящих (имитационных) упражнений и развитию координационных способностей, но связанных с основными задачами занятия по обучению технике лыжника, по развитию ведущих для лыжной подготовленности двигательных способностей; *вторая часть* экспериментального занятия (*на лыжах*) – для решения образовательных задач, адекватных по содержанию двигательным задачам первой части занятия. Особенностью занятий являлось то, что 50 % времени каждого практического занятия по лыжной подготовке проводилось *без лыж* и 50 % – *на лыжах*, что определено нами как комбинированные условия их организации.

*Теоретико-методический подэтап* был направлен на овладение будущими учителями ЭГ знаниями методики преподавания лыжной подготовки.

Содержательная сторона *первой части* каждого практического занятия, проводимого *без лыж*, в рамках ФПЭ включала:

– формирование специальных знаний по лыжной подготовке (с помощью активных методов обучения): *второй – третий семестры* – способность анализировать изучаемую технику лыжника (*по 10 мин на 8 занятиях – 80 мин*) и выявлять причины появления ошибок, их предупреждение и исправление в технике передвижения (*по 10 мин на 8 занятиях – 80 мин*). Основой для реализации данной методики на практике являлись активные методы обучения: «Дельфи», «Анализ конкретных ситуаций (ситуация-оценка)».

*Двигательно-развивающий подэтап* направлен на овладение обучаемыми ЭГ навыками передвижения на лыжах.

Содержательная сторона *первой части* каждого практического занятия, проводимого *без лыж*, включала:

– формирование двигательных навыков, направленных на правильное овладение техникой лыжника за счет включения в образовательный процесс специально-подводящих (имитационных) упражнений, выполняемых *без лыж* (на месте и в движении без палок и с палками), имитирующих лыжные ходы (*по*

15 мин на 16 занятиях – 240 мин), в сочетании с изучением аналогичной техники передвижений на лыжах разучиваемым способом (по 25 мин на 16 занятиях – 400 мин);

– развитие двигательных способностей: выполнение специальных подготовительных физических упражнений (по 10 мин на 16 занятиях – 160 мин) как важнейших компонентов для овладения техникой передвижения лыжника на основе разработанных комплексов физических упражнений, выполняемых *без лыж*, с направленностью на развитие статического и динамического равновесия.

Содержательная сторона *второй части* практических занятий на лыжах включала изучение техники передвижения (по 25 мин на 16 занятиях – 400 мин) в рамках типовой учебной программы для высших учебных заведений по дисциплине «Физическая культура» (2008).

Предполагалось, что за счет применения имитационных упражнений и учебных заданий на развитие двигательных координационных способностей лыжника в сочетании с занятиями на лыжах будущие учителя ЭГ качественнее освоят технику передвижения на лыжах и методику ее обучения, чем по традиционной методике КГ.

*Контрольно-рефлексивный этап* обеспечил осмысление, систематизацию полученных результатов, что позволило установить эффективность образовательного процесса и информировать будущих учителей начальных классов о его результатах.

На рассматриваемом этапе была проведена текущая аттестация (*учебная практика*) будущих учителей, позволившая оценить эффективность практического применения сформированных знаний и двигательных навыков.

По итогам педагогического эксперимента у будущих учителей начальных классов в ЭГ и КГ были получены существенные межгрупповые различия.

Применение в ЭГ авторской методики позволило получить преимущество по отношению к КГ в формировании знаний, характеризующих специфику усвоения методического материала по технике передвижения на лыжах (*метод «Дельфи»*). В ЭГ качество экспертных оценок было существенно выше, чем в КГ по таким сложным по координации техническим действиям, как скользящий шаг ( $p < 0,05$ ), попеременный двухшажный ход ( $p < 0,01$ ), а также ступающий шаг ( $p < 0,05$ ), спуск в низкой стойке ( $p < 0,05$ ), подъем ступающим шагом ( $p < 0,05$ ), торможение «упором» ( $p < 0,05$ ).

Использование активного метода обучения «*Анализ конкретных ситуаций (ситуация-оценка)*» привело к значительному преимуществу ЭГ по отношению к КГ в способности выявлять у занимающихся причины, вызывающие появление ошибок во время обучения технике попеременного двухшажного хода ( $p < 0,05$ ), одновременного двухшажного хода ( $p < 0,05$ ), подъема ступающим шагом ( $p < 0,05$ ), поворота на месте переступанием вокруг носков лыж ( $p < 0,05$ ), поворота в

движении переступанием с внутренней (к стороне поворота) лыжи ( $p < 0,05$ ), что позволило получить ЭГ преимущество над КГ по качеству усвоения знаний методических приемов предупреждения и устранения ошибок, возникающих во время обучения технике попеременного двухшажного хода ( $p < 0,05$ ), одновременного двухшажного хода ( $p < 0,05$ ), спуска в низкой стойке ( $p < 0,05$ ), подъема ступающим шагом ( $p < 0,05$ ), подъема «лесенкой» ( $p < 0,05$ ), торможения «упором» ( $p < 0,05$ ), поворота переступанием с внутренней (к стороне поворота) лыжи ( $p < 0,05$ ).

В ходе педагогического эксперимента в ЭГ и КГ были получены существенные изменения экспертных оценок *технической подготовленности* занимающихся по каждому изучаемому способу передвижения.

Применение имитационных упражнений в ЭГ, выполняемых *без лыж* с чередованием занятий *на лыжах* (50:50 %), упражнений на развитие координационных способностей вызвало качественное освоение техники сложных по координации способов передвижения на лыжах (таблица 1).

Таблица 1. – Показатели технической подготовленности экспериментальной и контрольной групп (по пятибалльной шкале)

| Способы передвижения                              | Среднегрупповая оценка |                       | U   | p        |
|---------------------------------------------------|------------------------|-----------------------|-----|----------|
|                                                   | ЭГ ( $M \pm \sigma$ )  | КГ ( $M \pm \sigma$ ) |     |          |
| Скользкий шаг                                     | $3,93 \pm 0,3$         | $3,73 \pm 0,6$        | 2,0 | $< 0,05$ |
| Попеременный двухшажный ход                       | $3,86 \pm 0,5$         | $3,59 \pm 0,5$        | 2,3 | $< 0,05$ |
| Одновременный одношажный ход (скоростной вариант) | $4,07 \pm 0,5$         | $3,89 \pm 0,3$        | 2,1 | $< 0,05$ |
| Одновременный одношажный ход (основной вариант)   | $4,02 \pm 0,6$         | $3,73 \pm 0,5$        | 2,4 | $< 0,05$ |
| Одновременный двухшажный ход                      | $4,07 \pm 0,7$         | $3,78 \pm 0,5$        | 2,1 | $< 0,05$ |
| Подъем скользящим шагом                           | $3,74 \pm 0,4$         | $3,51 \pm 0,5$        | 2,1 | $< 0,05$ |
| Переход «без шага»                                | $4,09 \pm 0,4$         | $3,81 \pm 0,7$        | 2,1 | $< 0,05$ |
| Переход «с прокатом»                              | $3,81 \pm 0,6$         | $3,54 \pm 0,5$        | 2,2 | $< 0,05$ |

С положительной динамикой качества владения техникой способов передвижения у обучаемых ЭГ и КГ за период эксперимента произошло существенное изменение скорости на отрезке дистанции 100 м (как попеременными, так и одновременными классическими лыжными ходами) и дистанции 3000 м, а сравнительный анализ результатов после его завершения не имел достоверных различий между рассматриваемыми группами.

У студентов ЭГ и КГ выявлен достаточно высокий уровень развития общей выносливости, соответствующий шести и семи баллам согласно нормативным показателям типовой учебной программы для высших учебных заведений по дисциплине «Физическая культура» (2008).

Корреляционный анализ экспертных оценок обозначил статистически значимую взаимосвязь между некоторыми показателями *технической подготовленности*, характеризующая особенности организации и содержания занятий в анализируемых группах. Получены взаимосвязи экспертных оценок за технику лыжных ходов и переходов у занимающихся ЭГ: скользящего шага и попеременного двухшажного хода ( $r = 0,65$ ), скользящего шага и подъема скользящим шагом ( $r = 0,55$ ), одновременного бесшажного и одновременного одношажного хода (скоростной вариант) ( $r = 0,59$ ), одновременного одношажного (основной вариант) и одновременного двухшажного хода ( $r = 0,58$ ), перехода «без шага» и «через один скользящий шаг» ( $r = 0,55$ ), перехода «прямой» и «с прокатом» ( $r = 0,51$ ). В КГ показатели техники скользящего шага коррелируют только с показателями техники попеременного двухшажного хода ( $r = 0,51$ ).

Показатели техники торможений лыжами в КГ имели корреляционную взаимосвязь с показателями техники поворотов в движении «рулением»: торможения «плугом» и торможения «упором» ( $r = 0,50$ ), поворота «плугом» и поворота «упором» ( $r = 0,53$ ). В ЭГ значимая корреляционная взаимосвязь между указанными техническими приемами не проявилась.

Корреляционный анализ указал на существование взаимосвязей экспертных оценок техники лыжных ходов и переходов в ЭГ, а торможений лыжами и поворотов в движении «рулением» – в КГ.

Анализ показателей двигательных координационных способностей занимающихся указал на то, что средства для их развития, применяемые в ЭГ в первой части практических занятий, способствовали выраженной позитивной динамике показателей, обеспечивающих функцию равновесия (таблица 2).

Таблица 2. – Изменение показателей двигательных координационных способностей экспериментальной (А) и контрольной (Б) групп

| Контрольные тесты         | Группы |    | Среднегрупповой результат |           | Разница в % | t   | p     |
|---------------------------|--------|----|---------------------------|-----------|-------------|-----|-------|
|                           | А      | Б  | М±σ (А)                   | М±σ (Б)   |             |     |       |
| Челночный бег<br>4×9 м, с | ЭГ     | ЭГ | 10,78±0,3                 | 10,65±0,3 | 1,2         | 1,8 | >0,05 |
|                           | КГ     | КГ | 10,87±0,5                 | 10,66±0,5 | 2,0         | 1,8 | >0,05 |
| Проба Ромберга, с         | ЭГ     | ЭГ | 6,62±3,2                  | 8,90±2,9  | 34,4        | 3,4 | <0,01 |
|                           | КГ     | КГ | 7,58±3,6                  | 9,15±3,4  | 20,7        | 1,9 | >0,05 |

Анализ показателей экспертных оценок *теоретико-методической подготовленности (учебная практика)* обнаружил существенное преимущество занимающихся ЭГ над КГ по качеству обучения попеременному двухшажному ходу ( $p<0,05$ ), одновременному двухшажному ходу ( $p<0,05$ ), подъему ступающим шагом ( $p<0,05$ ), повороту переступанием в движении с внутренней (к стороне поворота) лыжи ( $p<0,05$ ) (таблица 3).

Таблица 3. – Показатели теоретико-методической подготовленности по обучению технике способов передвижения на лыжах экспериментальной и контрольной групп (по пятибалльной шкале)

| Учебные задания                                                         | Среднегрупповая оценка |                     | U   | p       |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------|-----|---------|
|                                                                         | ЭГ ( $M\pm\sigma$ )    | КГ ( $M\pm\sigma$ ) |     |         |
| Попеременный двухшажный ход                                             | $3,88\pm0,3$           | $3,58\pm0,5$        | 2,4 | $<0,05$ |
| Одновременный двухшажный ход                                            | $3,96\pm0,5$           | $3,67\pm0,5$        | 2,1 | $<0,05$ |
| Подъем ступающим шагом                                                  | $4,08\pm0,3$           | $3,75\pm0,4$        | 2,1 | $<0,05$ |
| Поворот в движении переступанием с внутренней (к стороне поворота) лыжи | $4,08\pm0,3$           | $3,75\pm0,4$        | 2,1 | $<0,05$ |

Обобщая результаты исследования, можно заключить, что будущие учителя ЭГ, имеющие значительное преимущество по качеству овладения изучаемым учебным материалом по темам и методическим основам обучения передвижению на лыжах, а также техникой сложных по координации способов передвижения, эффективнее овладели организационно-методическими навыками при проведении учебной практики по обучению технике передвижения на лыжах по сравнению с КГ.

## Заключение

### Основные научные результаты диссертации

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы и программно-нормативных документов позволил определить теоретические предпосылки к научному обоснованию повышения эффективности организации образовательного процесса по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов. Установлено, что подготовка будущих учителей начальных классов, необходимая для проведения с учащимися уроков по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», в том числе и по лыжной подготовке, нуждается в существенной корректировке, совершенствовании содержания образовательного процесса, в разработке эффективных методик формирования у них специальных знаний и двигательных навыков. Учебный план по специальности 1-01 02 01 «Начальное образование» не ориентирован должным образом на достижение будущими учителями начальных классов необходимой для конкретной педагогической деятельности теоретико-методической и практической лыжной подготовки. Организация занятий по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов должна быть основана на научно обоснованных теоретико-методическом и практическом подходах. В связи с этим проблемной в системе формирования знаний и двигательных навыков у будущих учителей является лыжная подготовка. Для этого следует использовать инновационный подход к организации практических занятий по формированию знаний методики проведения уроков с применением активных методов обучения, а для овладения правильной техникой передвижения на лыжах – имитационных упражнений лыжника и упражнений на развитие координационных способностей в аспекте специальной физической подготовки [3; 4; 11; 12; 13; 14; 15; 16; 22].

2. Построена педагогическая модель формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов, реализуемая в процессе изучения учебной дисциплины «Физическая культура». Модель представлена четырьмя блоками:

– *концептуальный блок*, включающий знания и двигательные навыки по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов, необходимые им для проведения уроков с учащимися первой ступени общего среднего образования; педагогические условия, обеспечивающие успешность данного процесса;

– *методологический блок*, опирающийся на системный, личностно-ориентированный, деятельностный и компетентностный подходы;

– *процессуальный блок*, формирующий знания и двигательные навыки по лыжной подготовке и включающий этапы: *диагностический; предварительной лыжной подготовки; практико-деятельностный*, состоящий из подэтапов – *теоретико-методического и двигательно-развивающего; контрольно-рефлексивный*;

– *результативный блок*, содержащий критерии сформированности специальных знаний и двигательных навыков, методических навыков по обучению технике передвижения на лыжах, позволяющих оценить результативность функционирования модели, где *результатом* является овладение будущими учителями начальных классов методикой проведения уроков по лыжной подготовке [2; 5; 6; 8; 19; 21; 26].

3. В рамках процессуального блока модели разработана и апробирована методика формирования у будущих учителей начальных классов знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке, состоящая из четырех этапов. На *диагностическом этапе* определен исходный уровень теоретико-методических знаний, технической подготовленности, координационных способностей занимающихся. На *этапе предварительной лыжной подготовки* обеспечено формирование основ техники передвижения на лыжах, представлений об изучаемой дисциплине, навыков в подаче строевых команд и управлении учебной подгруппой. В ходе реализации основного этапа методики (*практико-деятельностного*) использован методический прием, заключающийся во взаимосвязанной реализации его *теоретико-методического и двигательно-развивающего подэтапов* с акцентом на подготовку к проведению уроков по лыжной подготовке с учащимися начальных классов. Формирование знаний и двигательных навыков осуществлено на практических занятиях в комбинированных условиях их организации (50 % времени занятия *без лыж* и 50 % – *на лыжах*). *Теоретико-методический подэтап* направлен на овладение будущими учителями знаниями методики проведения уроков по лыжной подготовке на каждом практическом занятии на основе применения активных методов обучения: «Дельфи» и «Анализ конкретных ситуаций (ситуационная оценка)». *Двигательно-развивающий подэтап* обеспечил формирование навыков передвижения на лыжах путем применения подводящих (имитационных) упражнений (на месте и в движении без палок и с палками, имитирующих лыжные ходы) в сочетании с изучением аналогичной техники передвижений разучиваемым способом; развитие координационных способностей (выполнение подготовительных физических упражнений без лыж как важнейших компонентов для овладения техникой передвижения лыжника с направленностью на развитие статического и динамического равновесия). *Контрольно-рефлексивный этап*

позволил оценить качество сформированности знаний методики проведения уроков и технической подготовленности, эффективность их практического применения, обеспечил осмысление и систематизацию полученных результатов, определил эффективность образовательного процесса.

В педагогическом эксперименте обоснована методика проведения занятий по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов. Ее эффективность подтверждена существенным повышением качества методических знаний по анализу техники передвижения; по выявлению причин, вызывающих появление ошибок в процессе обучения; по выбору методических приемов предупреждения и исправления ошибок, возникающих во время обучения [1; 7; 9; 10; 17; 18; 20; 23; 24; 25; 27; 28; 29].

### **Рекомендации по практическому использованию результатов**

Разработанная нами методика формирования у будущих учителей начальных классов знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке к предстоящей профессиональной педагогической деятельности с использованием в первой половине каждого занятия для формирования теоретико-методических знаний – активных методов обучения, подготовительных (развивающих) и подводящих (имитационных) упражнений, выполняемых без лыж, а во второй половине занятия – упражнений на лыжах в аспекте учебной программы для общеобразовательных учреждений по предмету «Физическая культура и здоровье», была внедрена в образовательный процесс педагогического факультета и факультета физической культуры учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы», что подтверждается двумя актами внедрения.

О внедрении полученных результатов в практику свидетельствует учебный материал по лыжной подготовке, содержащийся в монографии «Научно-методические основы лыжной подготовки будущих учителей начальных классов», предназначенной преподавателям учреждений высшего образования, студентам, магистрантам и докторантам, научным работникам в области теории и методики физического воспитания, а также учебно-методическое пособие для учителей физической культуры.

Значимость полученных выводов и практических рекомендаций заключается в возможности их использования в системе переподготовки и повышения квалификации педагогических работников системы начального

образования, при разработке теоретических курсов по методике преподавания учебного предмета «Физическая культура и здоровье».

Проведенное исследование не исчерпало всех проблем организации физического воспитания с будущими учителями начальных классов, выявило его новые направления. В дальнейшей научно-методической работе требуется проведение исследований по разработке педагогических подходов к формированию у них теоретико-методических знаний, двигательных умений и навыков проведения уроков физической культуры и здоровья по видам физических упражнений, входящих в содержание учебной программы «Физическая культура и здоровье» для общеобразовательных учреждений (1–4-е классы).

## Список публикаций соискателя ученой степени

### Монографии

1. Барков, В. А. Научно-методические основы лыжной подготовки будущих учителей начальных классов / В. А. Барков, Ю. В. Сак. – Гродно : ГрГУ им. Янки Купалы, 2011. – 143 с.

### Статьи в журналах и сборниках

2. Барков, В. А. Оценка технической подготовленности школьников при занятиях лыжным спортом / В. А. Барков, Ю. В. Сак // Фізичная культура і здоров'я. – 2001. – № 1. – С. 24–60.

3. Сак, Ю. В. Профессионально-прикладная лыжная подготовка будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Веснік Гродзенскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя Янкі Купалы. Сер. Педагогіка. – 2005. – № 1. – С. 74–78.

4. Сак, Ю. В. Формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Фізичная культура і здоров'я. – 2005. – № 3. – С. 40–44.

5. Сак, Ю. В. Активные методы обучения в подготовке студентов педагогического факультета к преподаванию основ лыжного спорта / Ю. В. Сак // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагогічнага ўніверсітэта. Сер. Педагогіка і псіхалогія. – 2006. – № 2. – С. 154–157.

6. Сак, Ю. В. Пути формирования навыков преподавания лыжной подготовки у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Мир спорта. – 2007. – № 3. – С. 39–44.

7. Сак, Ю. В. Формирование у будущих учителей начальных классов профессиональных компетенций по лыжной подготовке / Ю. В. Сак // Мир спорта. – 2013. – № 4. – С. 20–23.

8. Сак, Ю. В. Модель подготовки будущих учителей начальных классов к проведению уроков лыжной подготовки / Ю. В. Сак // Известия Тульского

государственного университета. Сер. Физическая культура. Спорт. – 2014. – № 4. – С. 40–47.

9. Сак, Ю. В. Оценка эффективности методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Веснік Віцебскага дзяржаўнага ўніверсітэта. Сер. Педагогіка. – 2014. – № 6. – С. 89–96.

10. Сак, Ю. В. Методика формирования техники передвижения на лыжах у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Веснік Гродзенскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя Янкі Купалы. Сер. 3, Філалогія. Педагогіка. Псіхалогія. – 2015. – № 1. – С. 109–115.

### Материалы конференций

11. Сак, Ю. В. Особенности преподавания лыжного спорта на педагогическом факультете вуза / Ю. В. Сак // Физическая культура в системе образования : сб. ст. науч.-практ. конф., Красноярск, 2001 г. / Красноярский гос. ун-т ; редкол.: В. Л. Архипова, А. В. Фадеев. – Красноярск, 2001. – С. 174–176.

12. Сак, Ю. В. Особенности формирования техники способов передвижения на лыжах у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Физическое воспитание и современные проблемы сохранения и формирования здоровья молодежи : сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 22–23 окт. 2003 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; редкол.: М. Е. Кобринский [и др.]. – Минск, 2003. – С. 199.

13. Сак, Ю. В. Отношение педагогов к методике преподавания лыжного спорта при отсутствии снежного покрова / Ю. В. Сак // Физическое воспитание и современные проблемы сохранения и формирования здоровья молодежи : сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 22–23 окт. 2003 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; редкол.: М. Е. Кобринский [и др.]. – Минск, 2003. – С. 200.

14. Сак, Ю. В. Роль равновесия в овладении техникой способов передвижения на лыжах / Ю. В. Сак // Проблемы физического воспитания населения на современном этапе : материалы регион. науч.-практ. конф., посв. 15-летию кафедры ТиМФК ГрГУ им. Янки Купалы, Гродно, 22–23 окт. 2004 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; редкол.: В. А. Барков (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2005. – С. 140–142.

15. Сак, Ю. В. Необходимость формирования демонстрационных способностей по лыжному спорту у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Проблемы физического воспитания населения на современном этапе : материалы регион. науч.-практ. конф., посв. 15-летию кафедры ТиМФК ГрГУ им. Янки Купалы, Гродно, 22–23 окт. 2004 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; редкол.: В. А. Барков (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2005. – С. 38–139.

16. Сак, Ю. В. Организация и специфика планирования учебного процесса по лыжному спорту в вузе с будущими учителями начальных классов / Ю. В. Сак // Физическая культура и спорт в системе образования. Здоровьесберегающие технологии и формирование здоровья : сб. материалов Междунар. науч. симп., Гродно, 6–10 мая 2005 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; под ред. А. И. Шпакова. – Гродно, 2005. – С. 356–359.

17. Сак, Ю. В. Анализ технической подготовленности по лыжной подготовке студенток первого курса педагогического и физкультурного факультетов / Ю. В. Сак // Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды : сб. науч. ст. VI Междунар. науч.-практ. конф., Гомель, 6–7 окт. 2005 г. / Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины ; редкол.: Д. Г. Лин [и др.]. – Гомель, 2005. – С. 206–208.

18. Сак, Ю. В. Анализ теоретической подготовленности по лыжной подготовке студенток первого курса педагогического и физкультурного факультетов / Ю. В. Сак // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма начала III тысячелетия : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Мозырь, 13–14 апр. 2006 г. / Мозырский гос. пед. ун-т ; редкол.: Ф. В. Евмененко, К. К. Бондаренко (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2006. – С. 115.

19. Барков, В. А. Инновационный подход к организации физического воспитания с будущими учителями начальных классов (на примере лыжной подготовки) / В. А. Барков, Ю. В. Сак // Акмеологические основы становления педагога-профессионала в образовательных системах на современном этапе : сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф., Гомель, 23–24 окт. 2007 г. / Гомельский ГОИПК и ПРР и СПП ; редкол.: Н. В. Кухарев (отв. ред.) [и др.]. – Гомель, 2007. – Ч. 1. – С. 59–62.

20. Сак, Ю. В. Особенности физической подготовки будущих учителей начальных классов в процессе физического воспитания / Ю. В. Сак // Восток – Беларусь – Запад. Сотрудничество по проблемам формирования и укрепления здоровья : материалы Междунар. симп., Брест, 24–28 окт. 2007 г. / Брестский гос. ун-т им. А. С. Пушкина ; редкол.: А. Н. Герасевич [и др.]. – Брест, 2007. – С. 220–221.

21. Барков, В. А. Формирование и оценка теоретико-методических знаний по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов / В. А. Барков,

Ю. В. Сак // Технологии оценки учебных достижений учащихся и студентов (технообраз – 2009) : материалы VII Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 17–18 марта 2009 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; редкол.: В. П. Тарантей (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2009. – С. 142–146.

22. Сак, Ю. В. О готовности учителей начальных классов к проведению лыжной подготовки / Ю. В. Сак // Современные проблемы физического воспитания и формирования здорового образа жизни студенческой молодежи : материалы респ. науч.-практ. конф., Минск, 17 мая 2012 г. / Междунар. ун-т «МИТСО» ; редкол.: И. М. Дюмин (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2012. – С. 206–209.

23. Сак, Ю. В. Формирование основ техники передвижения на лыжах у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. VIII Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 29–30 нояб. 2012 г. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – С. 230–231.

24. Сак, Ю. В. Особенности лыжной подготовки будущих учителей начальных классов в вузе / Ю. В. Сак // Перспективы развития высшей школы : материалы VI Междунар. науч.-метод. конф., Гродно, 23–24 мая 2013 г. / Гродненский гос. агр. ун-т ; редкол.: В. К. Пестис (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2013. – С. 261–264.

25. Сак, Ю. В. Методические особенности лыжной подготовки будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Физическое воспитание и современные технологии формирования физической культуры личности студента : сб. науч. ст. Междунар. науч. практ. конф., посв. 65-летию кафедры физического воспитания и спорта ГрГУ им. Янки Купалы, Гродно, 21 дек. 2013 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; под науч. ред. В. А. Максимовича. – Гродно, 2013. – С. 204–207.

26. Сак, Ю. В. Оценка учебной практики по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов / Ю. В. Сак // Актуальные проблемы физической культуры и спорта : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф., Чебоксары, 11 дек. 2014 г. / Чуваш. гос. пед. ун-т им. И. Я. Яковлева ; под. ред. Г. Л. Драндрова, А. И. Пьянзина. – Чебоксары, 2014. – С. 301–305.

27. Сак, Ю. В. Анализ эффективности профессиональной лыжной подготовки учителей физической культуры / Ю. В. Сак // Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях : сб. науч. ст. Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 15–16 мая 2015 г. / Гродненский гос. агр. ун-т ; редкол.: В. К. Пестис (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2015. – С. 184–187.

## Тезисы докладов

28. Сак, Ю. В. О необходимости проведения базовой лыжной подготовки со студентками первого курса педагогического факультета / Ю. В. Сак // Спортивные игры и единоборства в современной системе физического воспитания : тез. докл. II Междунар. науч.-практ. конф., посвященной 15-летию кафедры спорт. игр ГрГУ им. Янки Купалы, Гродно, 27–28 окт. 2006 г. / Гродненский гос. ун-т им. Янки Купалы ; редкол.: А. И. Шпаков (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2006. – С. 124–125.

## Учебные пособия

29. Сак, Ю. В. Лыжная подготовка / Ю. В. Сак // Уроки физической культуры в школе : пособие для учителей / В. А. Барков [и др.] ; под ред. В. А. Баркова. – Минск : Тэхналогія, 2001. – С. 196–214.

## РЭЗІЮМЭ

Сак Юрый Васільевіч

### Фарміраванне ведаў і рухальных навыкаў па лыжнай падрыхтоўцы ў будучых настаўнікаў пачатковых класаў

**Ключавыя словы:** фізічнае выхаванне, будучыя настаўнікі, пачатковыя класы, лыжная падрыхтоўка, рухальныя навыкі, метады навучання.

**Мэта работы:** навуковае абгрунтаванне, распрацоўка і апрабацыя метадыкі фарміравання ведаў і рухальных навыкаў па лыжнай падрыхтоўцы ў будучых настаўнікаў пачатковых класаў у аспекце іх педагагічнай дзейнасці, якая мае адбыцца.

**Метады даследавання:** педагагічныя (аналіз навукова-метадычнай літаратуры, мадэляванне, экспертнае ацэньванне, кантрольна-педагагічнае тэсціраванне, педагагічны эксперымент); матэматыка-статыстычныя (статыстычнае апісанне, карэляцыйны аналіз).

**Атрыманыя вынікі і іх навізна:** ўпершыню выяўлены, тэарэтычна абгрунтаваны і эксперыментальна падцверджаны прынцыпова новы падыход да фарміравання ведаў і рухальных навыкаў па лыжнай падрыхтоўцы ў будучых настаўнікаў пачатковых класаў.

Выяўлены тэарэтычныя перадумовы да навуковага абгрунтавання павышэння эфектыўнасці адукацыйнага працэсу па лыжнай падрыхтоўцы з будучымі настаўнікамі пачатковых класаў; пабудавана мадэль арганізацыі адукацыйнага працэсу па лыжнай падрыхтоўцы з будучымі настаўнікамі пачатковых класаў; распрацавана і ўкаранена ў фізічнае выхаванне будучых настаўнікаў пачатковых класаў метадыка лыжнай падрыхтоўкі, заснаваная на прымяненні для фарміравання ведаў актыўных метадаў навучання, для правільнай тэхнікі перамяшчэння на лыжах – імітацыйных практыкаванняў лыжніка і практыкаванняў для развіцця каардынацыйных здольнасцей у аспекце іх спецыяльнай фізічнай падрыхтоўкі, якія выкарыстоўваюцца у прынцыпова новым падыходзе да арганізацыі кожнага занятка (50 % часу без лыж і 50 % – на лыжах).

**Ступень выкарыстання:** вынікі даследавання ўкаранены ў адукацыйны працэс па фізічнай культуры са студэнтамі педагагічнага факультэта і факультэта фізічнай культуры установы адукацыі “Гродзенскі дзяржаўны ўніверсітэт імя Янкі Купалы”.

**Вобласць ужывання:** вынікі даследавання могуць выкарыстоўвацца ў адукацыйным працэсе па фізічнаму выхаванню з будучымі настаўнікамі пачатковых класаў і студэнтамі другіх педагагічных спецыяльнасцей.

## РЕЗЮМЕ

Сак Юрий Васильевич

### Формирование знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов

**Ключевые слова:** физическое воспитание, будущие учителя, начальные классы, лыжная подготовка, двигательные навыки, методы обучения.

**Цель работы:** научное обоснование, разработка и апробация методики формирования знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов в аспекте их предстоящей педагогической деятельности.

**Методы исследования:** педагогические (анализ научно-методической литературы, моделирование, экспертное оценивание, контрольно-педагогическое тестирование, педагогический эксперимент); математико-статистические (статистическое описание, корреляционный анализ).

**Полученные результаты и их новизна:** впервые выявлен, теоретически обоснован и экспериментально подтвержден принципиально новый подход к формированию знаний и двигательных навыков по лыжной подготовке у будущих учителей начальных классов.

Выявлены теоретические предпосылки к научному обоснованию повышения эффективности образовательного процесса по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов; построена модель организации образовательного процесса по лыжной подготовке с будущими учителями начальных классов; разработана и внедрена в физическое воспитание будущих учителей начальных классов методика лыжной подготовки, основанная на применении для формирования знаний активных методов обучения, для правильной техники передвижения на лыжах – имитационных упражнений лыжника и упражнений на развитие координационных способностей в аспекте их специальной физической подготовки, применяемых в принципиально новом подходе к организации каждого занятия (50 % времени без лыж и 50 % – на лыжах).

**Степень использования:** результаты исследования внедрены в образовательный процесс по физической культуре со студентами педагогического факультета и факультета физической культуры учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы».

**Область применения:** результаты исследования могут применяться в образовательном процессе по физическому воспитанию с будущими учителями начальных классов и студентами других педагогических специальностей.

## SUMMARY

Sak Yuri Vasilevich

### **The Development of Competence and Motor Skills in Ski Training of Future Primary School Teachers**

**Key words:** physical education, future primary, elementary school, ski training, motor skills, teaching methods.

**Purpose of the research:** scientific grounds, development and approbation of methodology of, developing motor skills in ski training of future primary school teachers.

**Methods of the research:** pedagogical (analysis of the scientific and methodological literature, modeling, expert evaluation methods, pedagogical testing, pedagogical experiment), mathematical statistics (static description, correlation analysis).

**The results and their novelty:** the evaluation of the dissertation is concluded in the fact that an absolutely new approach to form knowledge and moving skills in skiing speaking about future elementary school teachers was found, theoretically and experimentally proved.

Theoretical prerequisites to scientific foundation of how to increase the organization of educational process efficiency in training future elementary school teachers in skiing were found; a new model of how to organize the educational process of future elementary school teachers in skiing was built; new methods of ski training were developed and built in physical training of future elementary school teachers. These methods were based on using the right techniques in skiing which include simulation exercises of skiers as well as exercises which help to develop coordination abilities in their particular physical training which were used in an absolutely new approach to organize each class (50 % with skis and 50 % with no skis). All this was done in order to form the knowledge of active methods of teaching.

**The stage of use:** the results of the research have been introduced into PE educational process of students of pedagogical specialties and PE fakultu of “Grodno State University by Yanka Kupala”.

**The application area:** the results of the research can be used in the PE educational process for the future elementary school teachers and students of other pedagogical colleges.



Подписано в печать 31.12.2015. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.  
Ризография. Усл. печ. л. 1,63. Уч.-изд. л. 1,48. Тираж 60 экз. Заказ 77.

Отпечатано с готового оригинал-макета в редакционно-издательском отделе  
учреждения образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий

№ 1/153 от 24.01.2014.

Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.