

Научная статья  
УДК 796.012.4  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_2\_134

## АНАЛИЗ СПОСОБОВ РЕАЛИЗАЦИИ НАГЛЯДНОСТИ ТЕХНИКИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



Виталий Владимирович Храмов<sup>1</sup>, Дарима Кышектовна Гармаева<sup>2</sup>,  
Александр Николаевич Ким<sup>3</sup>, Надежда Валерьевна Саввина<sup>4</sup>

Гродненский государственный университет им. Янки Купалы<sup>1</sup>  
Гродно, Республика Беларусь

Северо-Восточный Федеральный университет имени М. К. Аммосова<sup>2,3,4</sup>  
Якутск, Россия

<sup>1</sup> Доктор педагогических наук, доцент, декан факультета физической культуры  
Тел.: +7(375)152-75-33-85, e-mail: khramov@grsu.by

<sup>2</sup> Доктор медицинских наук, профессор, заведующая кафедрой «Нормальная и патологическая анатомия, оперативная хирургия с топографической анатомией и судебная медицина»

Тел.: +7(914)234-96-80, e-mail: dari66@mail.ru

<sup>3</sup> Доктор юридических наук, профессор, профессор кафедры «Конституционное и муниципальное право»  
Тел.: +7(4112)49-67-74, e-mail: an.kim@s-vfu.ru

<sup>4</sup> Доктор медицинских наук, профессор, заведующая кафедрой «Общественное здоровье и здравоохранение, общая гигиена и биоэтика»  
Тел.: +7(4112)49-66-82, e-mail: nadvsavvina@mail.ru

**Аннотация.** Одним из резервов повышения качества образовательного процесса на уроке физической культуры является дальнейшее развитие средств и способов обеспечения наглядности. Цель исследования заключается в изучении и обобщении существующего опыта применения различных способов обеспечения наглядности на уроке физической культуры. Установлена частота использования традиционных способов: рассказ и объяснение, демонстрация техники физических упражнений учителем либо одним из учеников. Зафиксирован низкий уровень применения средств опосредованной наглядности в динамической форме (видеоизображение, компьютерная анимация). Рассмотрены типичные проблемы, сопровождающие процесс реализации наглядности при обучении основам техники видов спорта на уроках физической культуры. Показано, что различные средства наглядности могут существенно различаться по уровню дидактической эффективности. Наиболее действенными являются средства динамической наглядности, которые максимально информативно предъявляют обучающимся сведения о закономерностях построения и реализации техники двигательных действий. В заключении предложен способ практического применения инструментов реализации видеонаглядности на практическом занятии по физической культуре.

**Ключевые слова:** обучение, физическое воспитание, урок физической культуры, педагогические технологии, анкетный опрос, средства обучения, натуральная наглядность, восприятие, техника физических упражнений, мультимедийные технологии.

**Для цитирования:** Анализ способов реализации наглядности техники двигательных действий на уроках физической культуры / В.В. Храмов, Д.К. Гармаева, А.Н. Ким [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2022. № 2. С. 134-137. DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_2\_134

### Введение

Современное состояние теории и методики преподавания физической культуры характеризуется непрерывным поиском способов повышения эффективности образовательной деятельности. Исследования ориентированы на конкретизацию концептуальных оснований [4, 9], разработке и внедрению инноваций в учебный процесс [3, 8, 10], способам создания устойчивых мо-

тивов физкультурной деятельности [2] и другим направлениям развития научно-методического обеспечения преподавания физической культуры. В свою очередь относительно малоизученной остается проблема обеспечения качественной наглядности в процессе формирования двигательных умений и навыков на уроках физической культуры.

**Цель исследования** – изучить и обобщить опыт применения различных способов обеспечения наглядности на уроках физической культуры.

### Методика и организация исследования

В исследовании приняло участие 646 учителей физической культуры. Средний возраст – 41,5±0,59 лет, стаж работы по специальности – 16,7±0,61 лет. Данные были собраны методом анкетного опроса.

### Результаты исследования и их обсуждение

Процесс обучения двигательным действиям представляет собой систему последовательных действий, объединенных общей целевой установкой [5]. Особая роль в нем принадлежит качеству информационного сопровождения: педагог сообщает сведения учебного назначения, учащиеся их получают, осмысливают и вырабатывают собственные знания. Затем знания о способах решения двигательных задач должны быть трансформированы в кинестетические ощущения технически правильного исполнения изучаемых двигательных действий. Данная деятельность сопровождается интенсивным информационным обменом. Педагог не только сообщает знания, но и постоянно оценивает технику спортивных движений, информирует учеников о необходимости внесения коррекций в содержание движений. В свою очередь ученики должны сознательно и активно осваивать технику физических упражнений непрерывно сопоставляя мысленный образ двигательного акта с реальным исполнением физического упражнения. Базовым условием реализации указанных явлений выступает качественная наглядность.

В ходе опроса учителями физической культуры было предложено оценить частоту использования в собственной практической деятельности различных способов обеспечения наглядности. Установлено, что реализация наглядности в практике преподавания физической культуры осуществляется на применении объяснения и рассказа (здесь и далее представлена накопленная частота ответов по вариантам «часто, но не всегда» и «всегда») – 86,4 %, личном показе техники упражнения – 84,9 %, а также на демонстрации физического упражнения одним из учеников – 73,3 %.

Средства натуральной наглядности, реализуемой учителем или одним из учеников в сочетании со словесным пояснением отличаются удобством использования, они хорошо освоены педагогами, поэтому могут быть классифицированы как традиционные. При этом арсенал средств и способов обеспечения наглядности шире. Техника физических упражнений может быть эффективно представлена при помощи инструментов опосредованной наглядности. К их числу относятся фотографии и графические иллюстрации из учебной литературы. На частое использование данных способов демонстрации учебного материала указали всего 11,1 % респондентов, применение по возможности – 36,8 % и очень редкое использование – 32,2 %. Доска для рисования различных схем (например, описание биомеханических закономерностей построения техники или тактики в спортивных играх) применяется часто 11,5 % учителями, по возможности – 30,7 %, а редко – 28,8 %.

Средства динамической наглядности, значительно более информативны, поскольку позволяют увеличить плотность информации в удобной для восприятия форме. Эти средства могут быть представлены минимум в двух вариантах – видеозапись и анимированные изображения. В анкете эти формы были разделены, однако диапазон ответов оказался сопоставим. Лишь 1,2-2,2 % респондентов используют динамическую наглядность регулярно, 7,1-7,4 % достаточно часто, а по возможности – 24,5-26,3 %.

Значимость способов обеспечения наглядности подчеркивается тем фактом, что без полноценного понимания учеником двигательной задачи становится невозможным формирование правильной спортивной техники [1]. При этом различные средства наглядности различаются по уровню дидактической эффективности. Так называемые «традиционные средства» при их высокой доступности имеют ряд существенных ограничений. Они обусловлены как издержками словесного описания сложных для восприятия человека явлений, так и недостаточным качественным отображением технической основы двигательного действия при его натуральной демонстрации. Элементы движения, нуждающиеся в пояснении, ученики могут не успеть распознать из-за высоких скоростей или сложных координационных взаимодействий в различных двигательных сегментах. Соответственно, если в ходе обучения в сознание учеников будет заложен искаженный образ техники или он окажется неполным, то это негативно скажется на общей результативности учебной работы.

Известно, что визуальные источники предъявления информации учебного назначения имеют важное, но не исключительное значение. Учитель должен сформировать у учеников полноценное представление о спортивной технике по совокупности мышечных ощущений. Следовательно, особая ценность в обеспечении качества наглядности имеет «прочувствование» изучаемой техники физического упражнения. Зрительный канал получения сведений особенно эффективен на стадии начального обучения, в процессе которого ученики должны приобрести целостный комплекс представлений о назначении, элементной структуре и детальном содержании спортивной техники. На последующих этапах обучения значимость двигательных ощущений возрастает. Однако и функции визуализации при этом не уменьшаются. Необходимо обеспечить концентрацию внимания учеников на качестве исполнения ключевых элементов техники (основных опорных точках [1]). По мере продолжения обучения неизбежно возрастает уровень детализации информации, поскольку на первый план выходит решение проблемы повышения эффективности спортивной техники в конкретных условиях тренировочной (учебной) или соревновательной (тестовой) деятельности.

Анализ опыта практической деятельности показывает, что учителя физической культуры в полной мере осознают недостатки натурального показа спортивной техники. Однако средства и инструменты реализации опосредованной наглядности в форме динамических изображений образцового исполнения физических упражнений на практике используются крайне редко. Это обусловлено как сложностями применения оборудования для видеодемонстрации в условиях практического занятия, так и недостаточной обеспеченностью урока физической культуры специализированным учебным видео. В качестве способа решения данной проблемы можно предложить технологию электронного обучения двигательным действиям. В ее содержании используется специально подготовленный видеоматериал [6], который предъявляется с помощью компьютерного программного обеспечения, предназначенного для применения в условиях практического занятия по физической культуре [7].

### Выводы

Для дальнейшего повышения эффективности реализации наглядности техники двигательных действий на уроках физической культуры необходимо продолжить внедрение компьютерных технологий в методику пре-

подавания. Данные технологии должны снабдить процесс обучения качественной и максимально доступной для восприятия учащимися визуальной информацией, которая обеспечит лучшее понимание техники физических упражнений в изучаемых видах спорта. В свою очередь для этого необходимо наличие, во-первых, специализированных мультимедийных средств наглядности, во-вторых, педагогических приемов, позволяю-

щих применять мультимедийные технологии в содержании практического занятия по физической культуре.

#### Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

#### Библиографический список

1. Боген М.М. Современные теоретико-методические основы обучения двигательным действиям: дис. ... докт. пед. наук / М.М. Боген, Москва: ГЦОЛИФК, 1988. 426 с.
2. Курамшин Ю.Ф. Отношение студенческой молодежи к физической культуре и спорту в аспекте теоретического анализа / Ю.Ф. Курамшин, Л.В. Луйк, Г.Б. Дьяченко // Теория и практика физической культуры. 2020. № 5. С. 42-44.
3. Ланда Б.Х. Инновационный подход к преподаванию физической культуры / Б.Х. Ланда // Теория и практика физической культуры. 2021. №4. С. 22.
4. Лукьяненко В.П. Проблема понятийно-терминологического обеспечения разработки концепции модернизации учебного предмета "физическая культура" / В.П. Лукьяненко // Теория и практика физической культуры. 2020. № 1. С. 101-104.
5. Марков К.К. Совершенствование методики обучения двигательным действиям на основе модульной гипотезы мышления / К.К. Марков, О.О. Николаева // Теория и практика физической культуры. 2011. № 7. С. 35-37.
6. Храмов В.В. Способы представления информации о технике двигательных действий средствами когнитивной визуализации / В.В. Храмов, Е.О. Ширшова, Е.Л. Матова // Человек. Спорт. Медицина. 2019. Т. 19. № S1. С. 99-105.
7. Храмов В.В. Технология разработки электронного учебно-методического пособия для уроков физической культуры: проектирование программной оболочки / В.В. Храмов // Теория и практика физической культуры. 2014. № 10. С. 37-39.
8. Evangeline C. The sport education model in elementary and secondary education: a systematic review / C. Evangelio, J. Sierra-Dnaz, S. Gonz6lez-Vnllora, J. Fern6ndez-Rно // Movimento, Porto Alegre. 2018. Vol. 24. № 3. P. 931-946.
9. Promoting perseverance and challenge in physical education: the missing ingredient for improved game teaching / Sproulea J. [at all] // Sport, Education and Society. 2011. Vol.16. №5. P. 665-684.
10. John Q. Skills, strategies, sport, and social responsibility: Reconnecting physical education / J. Quay, P. Jacqui // Journal of Curriculum Studies. 2008. №40(5). P. 621-626.

#### References

1. Bogen M.M. Modern theoretical and methodological bases of teaching motor actions: doctoral thesis. Doctor of Pedagogical Sciences / M.M. Bogen, Moscow: GTSOLIFK, 1988. 426 c.
2. Kuramshin Y.F. Student's attitude to physical culture and sport in the aspect of theoretical analysis / Y.F. Kuramshin, L.V. Luyk, G.B. Diachenko // Theory and practice of physical culture. 2020. № 5. С. 42-44.
3. Landa B. Kh. Innovative approach to teaching physical education / B.Kh. Landa // Theory and practice of physical culture. 2021. № 4. С. 22.
4. Luk'yankenko V.P. Problem of conceptual and terminological support of development of concept of modernization of educational subject "physical culture" / V.P. Luk'yankenko // Theory and practice of physical culture. 2020. № 1. С. 101-104.
5. Markov K.K. Perfection of a technique of training motor actions on the basis of modular thinking hypothesis / K.K. Markov, O.O. Nikolaeva // Theory and practice of physical culture. 2011. № 7. С. 35-37.
6. Khramov V.V. Ways of presenting information about motor action technique by means of cognitive visualization / V.V. Khramov, E.O. Shirshova, E.L. Matova // Man. Sports. Medicine. 2019. T. 19. № S1. С. 99-105.
7. Khramov V.V. Technology of development of electronic educational-methodical manual for the lessons of physical culture: the design of the program shell / V.V. Khramov // Theory and practice of physical culture. 2014. № 10. С. 37-39.
8. Evangeline C. The sport education model in elementary and secondary education: a systematic review / C. Evangelio, J. Sierra-Dnaz, S. Gonz6lez-Vnllora, J. Fern6ndez-Rно // Movimento, Porto Alegre. 2018. Vol. 24. № 3. P. 931-946.
9. Promoting perseverance and challenge in physical education: the missing ingredient for improved games teaching / Sproulea J. [at all] // Sport, Education and Society. 2011. Vol. 16. № 5. P. 665-684.
10. John Q. Skills, strategies, sport, and social responsibility: Reconnecting physical education / J. Quay, P. Jacqui // Journal of Curriculum Studies. 2008. №40(5). P. 621-626.

Поступила в редакцию 06.05.2022

Подписана в печать 30.06.2022

Original article  
UDC 796.012.4  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_2\_134

ANALYSIS OF WAYS TO IMPLEMENT THE VISUALIZATION  
OF THE TECHNIQUE OF MOTOR ACTIONS IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Vitaly V. Khramov <sup>1</sup>, Darima K. Garmaeva <sup>2</sup>, Aleksandr N. Kim <sup>3</sup>, Nadezhda V. Savvina <sup>4</sup>

*Yanka Kupala State University of Grodno* <sup>1</sup>  
*Grodno, Republic of Belarus*

*M. K. Ammosov North-Eastern Federal University* <sup>2, 3, 4</sup>  
*Yakutsk, Russia*

<sup>1</sup> *Grand PhD of Pedagogy, Associate Professor, Dean of the Faculty of Physical Education*  
*Ph.: +375152-75-33-85, e-mail: khramov@grsu.by*

<sup>2</sup> *Grand PhD of Medicine, professor, head of the department "Normal and pathological anatomy, operative surgery with topographic anatomy and forensic medicine"*  
*Ph.: +7(914)234-96-80, e-mail: dari66@mail.ru*

<sup>3</sup> *Grand PhD of Law, professor, professor of department "Constitutional and municipal law"*  
*Ph.: +7(4112)49-67-74, e-mail: an.kim@s-vfu.ru*

<sup>4</sup> *Grand PhD of medicine, professor, head of department "Public health and public health, general hygiene and bioethics"*  
*Ph.: +7(4112)49-66-82, e-mail: nadvsavvina@mail.ru*

**Abstract.** One of the reserves for improving the quality of the educational process in the physical education lesson is the development of means and methods to ensure visibility. The purpose of the study is to study and generalize the existing experience of using various ways to ensure visibility in a physical education lesson. The frequency of using traditional methods of providing visibility is established: a story and an explanation, a demonstration of the technique of physical exercises by a teacher or one of the students. A low level of the use of mediated visual aids in dynamic form (video image, computer animation) was recorded. Typical problems accompanying the process of realization of visibility when teaching the basics of sports techniques in physical education lessons are considered. It is shown that different means of visualization can differ significantly in the level of didactic effectiveness. The most effective are the means of dynamic visualization, which provide students with the most informative information about the laws of construction and implementation of the technique of motor actions. In conclusion, a method of practical application of the tools for the implementation of video visual at a practical lesson in physical culture is proposed.

**Keywords:** education, physical education, physical education lesson, pedagogical technologies, questionnaire survey, teaching aids, natural visualization, perception, physical exercises technique, multimedia technologies.

**Cite us:** Khramov, V. V., Garmaeva, D. K., Kim, A. N., Savvina, N. V. (2022) Analysis of ways to implement the visualization of the technique of motor actions in physical education lessons. *Physical Culture and Health*. (2), 134-137. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455\_2022\_2\_134.

Received 06.05.2022  
Accepted 30.06.2022