

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

Методические указания по изучению дисциплины «Теория и методика
физического развития и воспитания»

Лекции занимают большое место в учебном процессе высшей школы; они призваны раскрыть основы и внутреннюю логику науки, принципы познания. В лекциях освещаются важнейшие достижения дисциплины, роль изучаемого предмета для практики; его связь со смежными дисциплинами; рассматриваются дискуссионные вопросы; разоблачаются ложные, антинаучные теории и взгляды.

В самостоятельной работе лекция – лишь направляющее и организующее начало. Через основные положения темы, она показывает, в каком направлении следует изучать вопросы; помогает правильно оценить научный труд или пособие; спланировать работу, подготовиться к семинарскому, практическому занятию и зачету.

Обязательным условием овладения глубокими знаниями является умение сосредоточенно, внимательно слушать лекцию; творчески, активно воспринимать и умело конспектировать ее.

Слушатель должен готовиться к ней:

- 1) просмотреть записи предыдущей лекции;
- 2) восстановить в памяти ее содержание;
- 3) познакомиться с программой, чтобы представить, в каком направлении будут излагаться вопросы новой темы, каково их содержание и объем.

Это облегчит усвоение материала лекции. Восприятие лекции должно быть не механическим, а сознательным усвоением ее содержания. Это возможно лишь при условии напряженного мышления, чтобы должное было понято и осмыслено. Непонятное надо стремиться выяснить сразу же на лекции, задав вопрос преподавателю, или после, заглянув в справочник, словарь, пособие. Ни в коем случае не следует во время лекции за разъяснениями обращаться к соседям; что-либо спрашивать у них, так как это создает шум, мешает им, отвлекает других.

Как показывает опыт, основные идеи лекции следует обязательно записывать. Запись помогает слушателю сосредоточить внимание на главном уже в ходе самой лекции; продумать и осмыслить услышанное; осознать план и логику изложения материала преподавателем.

Способность хорошо записывать лекции вырабатывается только практикой и каждый слушатель должен этому учиться.

Главное в лекции, как правило, помогает определить сам лектор. Надо только

обращать внимание на его интонацию и темп чтения. Обычно лектор выделяет основные положения, произнося их несколько значительнее и медленнее, иногда повторяя несколько раз.

Очень важно научиться записывать лекции быстро, четко, короткими точными фразами, сразу начисто в специальной тетради. При этом, надо оставлять широкие поля для того, чтобы дополнять лекцию сведениями, полученными в книгах, учебниках, на консультациях. Каждый конспект лекции, по-своему, индивидуален. Поэтому не рекомендуется пользоваться чужими записями.

Методические указания по подготовке к семинарским занятиям

Важнейшей стадией изучения дисциплины является практическое занятие, на котором есть возможность задать те вопросы, которые обучающиеся не могли решить самостоятельно, активно выступать самим, учиться четко формулировать свои мысли, внимательно и уважительно слушать товарищей, заключение преподавателя, записывать в тетрадях все ценное, интересное. Спецификой изучения предмета является знакомство с первоисточниками – произведениями классиков, а также чтение специальных учебных пособий. Список дополнительной литературы включает в себя научные статьи, монографии, произведения классиков, знакомство с которыми поможет лучше разобраться в вопросах практического занятия, подготовить доклад или реферат.

На занятиях следует выступать свободно, не пользуясь или почти не пользуясь конспектами и записями. При этом, полезно предварительно составить план выступления. Для более точного воспроизведения цитат из первоисточников можно обращаться к конспектам. Практическое занятие – не только творческое обсуждение теоретических вопросов, но и воспитание характера, уверенности в себе, личного достоинства, свободы общения, которые необходимы профессионалу. Поэтому в аудиторной работе широко используются активные и интерактивные методы обучения (дискуссия, работа в малых группах, анализ текстов), применение которых требует качественной самостоятельной подготовки к занятию.

Подготовка к занятию не должна носить одноразовый характер. Опыт показывает, что изучение материала к практическим занятиям следует проводить минимум в два этапа. Особенности работы мозга таковы, что сложная информация, воспринятая непосредственно перед семинаром, недостаточно усвоена и находится в пассивной форме. Поэтому систематическая подготовка – это важное условие не только хорошей готовности к занятию, но и успешного усвоения такого сложного предмета, каким является религиоведение.

Прочитанные работы рекомендуется конспектировать. Для подготовки грамотного конспекта необходимо внимательно прочитать работу, стремясь понять ее логику и найти в ней ответы на поставленные вопросы. Только при повторном чтении начинайте конспектировать, записывая основное содержание своими словами и делая выписки из работы. Подготовка к практическому занятию предполагает выполнение различных видов самостоятельной работы. К обязательным из них относятся: анализ заявленных в плане занятия вопросов по предложенной учебной литературе и

подготовка докладов.

Особых разъяснений заслуживают дополнительные (вариативные) виды самостоятельной работы. Так, наилучшим показателем глубокой подготовки к занятию и активной работы на нем являются дополнения к ответам на основные учебные вопросы. Дополнение может быть кратким, но содержательным, раскрывающим важные аспекты темы. Наличие дополнений не снижает качества ответа, так как знание бесконечно многообразно. Итогом самостоятельного осмысления темы могут стать и вопросы (уточняющие, проблемные) к отвечающему или докладчику.

В списке дополнительной литературы широко представлена современная научная периодика. Слушателям предлагается возможность подготовить доклады по статьям из журналов. Устные доклады (до 4–5 минут) можно подготовить и по одной из тем, представленных в плане каждого занятия.

Подготовка к практическому занятию начинается с консультации. На ней под руководством преподавателя обучающиеся просматривают план практического занятия, одновременно получают методические советы о том, как лучше подойти к изучению вопросов темы. Занятие пройдет на высоком уровне и слушатели извлекут из него максимальную пользу, если они добросовестно подготовятся и будут активно участвовать в творческом обсуждении темы. Знания, умения и навыки слушателей при текущем, рубежном и итоговом контроле определяются оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Самостоятельная работа с источником и подбор литературы.

Углубление знаний, полученных на лекции, происходит в процессе чтения учебников, первоисточников, научной и справочной литературы. Поэтому большое значение для успешных занятий имеет навык поиска и отбора информации. Необходимый перечень обязательной литературы дается в учебной программе и в планах практических занятий. Правильно ориентироваться в подборе дополнительной литературы помогут библиотечные картотеки, каталоги, электронные библиотечные системы.

Прежде чем приступить к чтению, необходимо ясно представлять цель чтения. Это мобилизует мышление на усвоение материала, удерживает его внимание на главном. Однако, какие бы цели слушатель перед собой не ставил, во всех случаях должны быть использованы общие методические приемы работы с книгой.

Как известно, чтение представляет собой не пассивный, а сложный, творческий процесс; требует большой, напряженной работы ума. Внимание, вдумчивость, умение самостоятельно разбираться в сложных теоретических вопросах – главные черты культуры чтения, которые необходимо выработать каждому, кто стремится к новым знаниям. Главное – читать сознательно, всесторонне продумывая и критически анализируя прочитанное. В этом случае книга станет не источником готовых идей, а материалом для развития собственных мыслей. Только тогда можно получить прочные знания, глубоко разобраться в том или ином вопросе.

Перед началом работы следует восстановить в памяти то, что было

прочитано в предыдущий раз. Установление связи нового со старым делает изучение материала более глубоким и последовательным. Можно смело говорить и о полезности повторного перечитывания научных текстов. Как правило, при первом чтении происходит общее знакомство. При повторном – осмысливаются, усваиваются уже детали; в третий раз происходит выборочное чтение наиболее важных, мест. Никогда не читайте книгу дальше, не усвоив предыдущего. Не прерывайте чтения, не окончив мысли, абзаца, главы. Слово или термин, смысл которого неясен, может затруднить дальнейшее восприятие всего текста. В таких случаях надо обязательно обратиться к словарям и энциклопедиям или за консультацией к преподавателю.

Особенно внимательно следует относиться к рассмотрению схем, таблиц, рисунков. В них наглядно представляется самая главная часть материала, а зрительная память есть у всех.

Важно приучиться по прочтении раздела мысленно повторить про себя основные положения и выводы, так как повторение делает чтение глубоким и сознательным. Прочитанный материал полезно повторить и через несколько дней, когда знания закрепляются в сознании. Вся рекомендуемая в учебных программах литература обычно делится на основную и дополнительную. К числу основной относятся учебные пособия, а к дополнительной литературе – произведения классиков, монографии, статьи, содержанием которых является систематическое изложение отдельных тем или вопросов, предназначенные для более углубленного изучения предмета и расширения кругозора.

В текстах книг и журналов особо следует обращать внимание на отдельные слова, фразы, набранные жирным шрифтом, курсивом либо в разрядку. Так обычно подчеркиваются основные положения или выводы автора, логические ударения, термины и т. д. Для того, чтобы уяснить материал, не обязательно стараться запомнить все прочитанное. Не механическое заучивание тех или иных положений, а глубокое их понимание – вот главное условие успеха в учебе. Всякий анализ прочитанного помогает глубоко усвоить содержание книги и применять на практике изложенные в ней рекомендации. Анализ произведения можно проводить по следующей схеме:

- 1) что является предметом исследования;
- 2) точка зрения, отстаиваемая автором;
- 3) какими доводами она отстаивается;
- 4) основные выводы.

Конспектирование применяют, когда хотят лучше запомнить материал и быстро восстановить его в памяти, подготовить собственный текст или устное выступление. Конспект полноценен, когда его составитель обдумал, понял прочитанное либо услышанное. Записывать надо самое главное (суть) и как можно короче своими словами (кроме определений). Не рекомендуется переписывать дословно весь текст. Чем короче запись, тем она лучше. Не допускается бездумное механическое переписывание.

Только систематизированные записи могут совершенствовать мыслительные способности слушателя и служить ему учебным пособием. Вести записи

следует систематически и по строгоопределенной системе – иначе ими трудно будет пользоваться.

Для того, чтобы было удобно пользоваться конспектом, необходимо:

- 1) оставлять поля (удобнее широкие);
- 2) оставлять свободные строки между выписками для новых записей и примечаний;
- 3) обязательно выделять свои мысли и замечания подчеркиванием.

Никакого рецепта по вопросу об объеме записей быть не может. Все зависит от характера изучаемой литературы, от подготовленности обучающегося, от его навыков самостоятельной работы с текстом. Любой вид записей (в том числе и конспект) составляется для себя, т. е. является индивидуальным пособием обучающегося. Поэтому хороша та запись, по которой можно повторить изученное, быстро мобилизовать в памяти прочитанный материал, получить необходимую справку. Такая запись всегда окажет помощь при подготовке к беседе, докладу, выступлению на семинаре.

В зависимости от содержания материала, его значения в изучаемом курсе, степени знакомства с ним слушатель может производить записи в форме простого или развернутого плана, выписок или конспекта. Простой (краткий) план – это перечень основных освещаемых в книге вопросов без их детализации; нередко соответствующих наименованию глав и разделов. Составляется простой план в том случае, когда работа хорошо знакома, понятна и нет необходимости в более подробных записях. Содержание вопросов в простом плане вовсе не раскрывается. Однако, его разработка заставляет слушателя определить основные моменты темы; выявить взаимосвязь освещаемых вопросов; продумать порядок изложения материала. Запись поможет восстановить в памяти основные положения изучаемой работы. Развернутый план, помимо основных вопросов темы, включает в себя ряд дополнительных подпунктов, детализирующих, раскрывающих некоторые положения.

Большое значение в самостоятельной работе имеют выписки или цитаты. Цитирование означает дословное воспроизведение мысли автора. Цитаты надо выписывать точно, слово в слово, без каких-либо произвольных изменений. Они должны представлять точную копию текста и сопровождаться ссылкой на источник. Сокращение цитат посредством изъятия из них отдельных слов или даже предложений допускается, но с применением условного обозначения тремя точками (...) либо знака <...>.

Но во многих случаях обучающемуся бывает удобнее всего записать изучаемый материал в форме сжатого пересказа содержания – конспекта. В конспект обязательно включаются выводы автора и доказательства. Прежде чем приступить к конспектированию, целесообразно предварительно прочесть всю работу, продумать и составить план изучаемого произведения. Не имея полного и ясного представления о прочитанном труде, можно упустить из поля зрения главные вопросы и подчеркнуть второстепенные. К конспекту предъявляется единое требование – он должен быть правильно оформлен.

Составитель:

Дмитрий Андреевич Райчук ст. преподаватель