Руки крепкие, незлобивые,
- Очень трудно матерью быть!
Не власти прошу,
Не за деньги стою. Вдохни Сердобольная, в грудь мою
Столько любви и силы, Чтоб до могилы На всю семью -
На мужа, на сына, на дочерь мою,
- На каждый характер хватило,
На все сомнения
И смятения,
На спотыкания и причуды,
На завихрения
И увлечения,
На заблуждения
И остуды. Только любовь раскрывает сердца,
Лишь перед ней отступает горе.
Мне нужно очень много любви.
Ты - Мать, Ты меня понимаешь... "

Завершается праздник тем, что все участники передают по кругу горящую свечу (электрическую), говорят ласковые слова своим мамам.

Участники расходятся под музыкальное сопровождение песен о маме.

Петренко О.В.
кандидат педагогических наук, доцент
Белгородский национальный исследовательский университет НИУ «БелГУ», г. Белгород, Россия
Стрябков Д.В.
магистр факультета физической культуры педагогического института, Белгородский национальный исследовательский университет НИУ «БелГУ», г. Белгород, Россия
Шека В.В.
магистр факультета физической культуры педагогического института, Белгородский национальный исследовательский университет НИУ «БелГУ», г. Белгород, Россия
Кольвах Э.К.
магистр факультета физической культуры педагогического института, Белгородский национальный исследовательский университет НИУ «БелГУ», г. Белгород, Россия

ПРОБЛЕМА ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Результативность в спортивной деятельности, на сегодняшний день, помимо, физической, технико-тактической подготовленности, безусловно, зависит и от учета индивидуальных особенностей спортсменов. Индивидуальный подход в системе спортивных тренировок, в разных видах спорта, становиться с каждым годом все актуальнее.

Это обусловлено:

1. Степенью подготовки и уровнем тренированности спортсменов.

2. Индивидуально-психологическими и личностными особенностями реагирования на внешние условия, тренировочную нагрузку. Специфику общения с тренером, товарищами по команде.

3. Индивидуально-психологическими особенностями личности и деятельности спортсмена.

4. Гендерными и возрастными различиями.

Внимание к проблеме индивидуализации основано на стремлении оптимизировать процессы управления подготовкой в спорте. Это еще раз подтверждает, что даже самые передовые методы и инструменты обучения, высокие педагогические навыки, не смогут полностью решить проблемы оптимизации учебного процесса, если не учитывать индивидуальные особенности спортсменов[1].

Спортивная практика показывает, что многие способные спортсмены покинули спорт, так и не раскрыв своих способностей, поскольку использовалась стандартная система тренировок, которая не учитывала их индивидуальные способности, функциональные резервы и адаптивные способности.

Следует помнить, что наличие врожденных особенностей и правильной системы тренировок, может позволить значительно повысить физическую форму. Суть индивидуальной тренировки, по мнению авторов, заключается в том, что физическая активность, форма, характер, интенсивность и продолжительность, методы организации их выполнения и многие другие компоненты системы тренировки, в зависимости от пола и возраста, подбираются в соответствии с уровнем функциональных возможностей организма. В то же время индивидуальная тренировка определяется как метод улучшения спортивного результата путем планирования тренировочной нагрузки.

С точки зрения комплексного подхода к решению задач индивидуальной подготовки спортсмена важно определить и сформировать индивидуальный стиль деятельности спортсмена.

«Индивидуальный стиль, по определению, Е. А. Климова [4], есть обусловленная типологическими особенностями устойчивая система способов, которая складывается у человека, стремящегося к наилучшему осуществлению данной деятельности». Один и тот же стиль может проявляться в разных видах деятельности (образование, работа, спорт). В то же время происходит обратное, т.е. Образ деятельности (индивида) может проявиться для одного из его типов. Наиболее часто изучаемой проблемой является формирование индивидуального стиля деятельности в процессе обучения и воспитания. Как указывают исследователи, достижение высокого результата возможно людьми с разных стилей деятельности характерных для данного человека [4].

Е. П. Ильин [2] отмечает, что «спортивная деятельность чаще всего требует максимального проявления способностей».

Необходимо отметить, что очень часто, выявленные при помощи диагностики, индивидуальные характеристики спортсменов отражают какое-то текущее состояние или уровень функционирования и реже - устойчивые

признаки индивидуального закономерного комплексного проявления.

Анализ научно-методических источников, опрос специалистов в области спорта позволили констатировать, что к числу объективных условий относят материальную базу для тренировок, качество инвентаря, квалификацию тренера и используемые им технологии обучения, воспитания.

Субъективные условия спортивной деятельности, к которым относят: природные задатки, развитые в специализированном направлении, психические процессы (ощущения, специализированные восприятия, особенности внимания, памяти, мышления и т.д.), доминирующие тренировочные и соревновательные психические состояния, спортивно-важные психические свойства (черты спортивного характера, специальные способности) и опыт спортсмена, воплощенный в знаниях, умениях и навыках.

При наличии природной одаренности и правильной системы тренировок, может быть, достигнут высокий рост подготовленности в сроки вдвое короче обычных. Сущность же индивидуальной подготовки, по мнению авторов, состоит в том, что физические упражнения, их форма, характер, интенсивность и продолжительность, методы организации их выполнения и многие другие составляющие системы подготовки, подбираются в соответствии с полом и возрастом, уровнем функциональных возможностей организма, спортивной подготовленностью и состоянием здоровья с учётом психических качеств и свойств спортсменов. Одновременно индивидуальная подготовка определяется, как метод улучшения спортивного результата за счет планирования тренировочной нагрузки.

Среди критериев, регламентирующих индивидуальную подготовку, определенное значение приобретает разработка модельных характеристик спортсменов. Ряд авторов указывают на то, что эффективность спортивной деятельности в значительной степени зависит от того, насколько уравновешены система и субъект - объектные требования этой деятельности. Степень же использования индивидуализации устанавливается в зависимости от задач, решаемых на каждом этапе подготовки.

Основной смысл индивидуальной подготовки в спорте состоит в том, что спортивные педагоги и тренеры должны уметь быстро и оперативно конструировать программу воспитательных формирующих воздействий, адресуемых конкретному человеку, на основе знания его индивидуальности, индивидуальных особенностей его личности. При решении многогранной проблемы индивидуальной подготовки важно учитывать все многообразие личностных свойств спортсмена [3].

Индивидуальный стиль деятельности человека формируется в процессе обучения и воспитания. Одно из важнейших условий выработки индивидуального стиля - сознательное, творческое отношение к выполняемой работе. Индивидуальный стиль возникает только в том случае, если человек активно ищет наилучшие приемы и способы, помогающие ему достигнуть самых высоких результатов. Поэтому индивидуальный стиль наиболее отчетливо проявляется у лучших спортсменов, отличающихся положительным отношением к деятельности [5].

Самые различные свойства типа нервной системы при одинаковой степени совершенства в деятельности определяют индивидуальное своеобразие ее динамической стороны.

Практически формирование индивидуального стиля деятельности происходит по следующей схеме: определение типологических свойств нервной системы и темперамента; выявление индивидуальных особенностей деятельности, способствующих или препятствующих успеху; подбор и реализация соответствующих педагогических приемов работы со спортсменом.

Список использованных источников:

1. Бабушкин Г.Д. Спортивная психология [Электронный ресурс]: учебник для студентов физкультурных вузов. - Омск: Изд-во СибГУФК, 2012. - 221 с.
2. Ильин Е. П. Стили спортивной деятельности // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов [Текст] / Е.П. Ильин - СПб.: Питер, 2002. - С.77
3. Ильин Е. П. Психология спорта / Е.П. Ильин - СПб.: Питер, 2009. - 352 с.
4. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности. Психология индивидуальных различий / Е.А.Климов-М.:МГУ, 1982. - С. 74-77.
5. Приставкина М. В. Индивидуальный стиль деятельности в спорте. Методические указания / М.В. Приставкина - С.: СГИФК, 1990. - 31с.

Зверева Ирина Викторовна,
учитель иностранного языка
МОУ «Шелаевская СОШ»
(Шелаево, Россия)

ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ НА УРОКАХ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Важнейшей задачей современного образования является формирование универсальных учебных действий (УУД). В широком значении универсальные учебные действия - это саморазвитие и самосовершенствование путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта. В более узком - это совокупность действий обучающегося, обеспечивающих его культурную идентичность, социальную компетентность, толерантность, способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса. Основные универсальные учебные действия включают четыре блока: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Познавательные УУД представляют самый обширный блок действий и включают:

• *Общеучебные* ^самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; поиск и выделение необходимой информации; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;