

Віта памылковым яго уяўленнем, у якое яго уявілі ўняты, дакладней, Іезуіты: "А няужо ты думаеш, што мы увесь час рыхтавалі цябе да нечага Іншага, чым пакутніцтва, пакутніцкая смерць?...Увесь твой шлях - гэта не ты, вялікі дзеяч веры, вялікая асоба гісторыі. Думаеш, гэта ты задзіраў гэты народ? Гэта мы - тваімі рукамі і тваімі языком, тваімі учынкамі, тваімі думкамі, добрымі і благімі. Рабылі мы. Але адказваць будзеш ты" (114).

Вядома, што кожны пісьменнік, пра што ён ні пісаў - пра даўняе мінулае ці пра далёкую будучыню - заўсёды засяроджвае сваю увагу на тых праблемах, якія хваляюць сучаснікаў і яго самога. Вобразам уніяцкага біскупа Кунцэвіча, які наклаў сваё жыццё для дасягнення вялікай мэты адзіноства людзей праз прыняццё чалавека і яго годнасці і замест любові да сябе заслужыў усеагульную нянавісць, пагарду, гнеў, абурэнне, што пахавала яго самога, Уладзімір Караткевіч выкрыў задоўга да перабудовы сутнасця працэсу нашай рэчаіснасці апошніх дзесяцігоддзяў. Таму п'еса "Званы Віцебска" вельмі сугучная цяперашняму часу. А яшчэ больш яна зладзёбная таму, што ўбей сістэмай мастацкіх вобразаў, ідэйным пафасам яна па-новаму, па-сучаснаму асвятляе цяперашні барацьбу за адраджэнне беларускай нацыянальнай духоўнай культуры ўзорным прыкладам з гераічнай гісторыі нашага народа і заклікае да мужнасці і самаадданасці ў крапатлівай, штодзённай працы на гэтай высакароднай ніве, каб мы былі, як сказаў "свавольны", паводле Караткевіча, лоп Іля, "у векі вякоў - давеку - тым, чым мы ёсць" - беларусамі.

А.А.Балай
(кафедра фізвоспитання)

НОВЫЙ ПОДХОД К ЗАЧЕТУ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Существующие зачетные требования по физическому воспитанию довольно сложны. Чтобы выставить студенту зачет, необходимо учесть его успехи в шести показателях. Это - посещаемость занятий, знание теоретического раздела программы, усвоение методических навыков по использованию средств физической культуры, овладение техникой изучаемых физических упражнений, самостоятельное выполнение рекомендуемого минимального объема физических упражнений и, наконец, - выполнение контрольных нормативов по общей и профессиональ-

но-прикладной физической подготовке. Причем, первая часть последнего показателя состоит из IО упражнений для женщин и II – для мужчин.

Но так ли важно, например, оценивать у студента института культуры технику выполнения изучаемых упражнений или теоретическую и методическую подготовку? Не является ли формальным и требование о контроле самостоятельных занятий? Нужна ли система оценки общей физической подготовленности студента, состоящая из IО-II упражнений? Следует ли предъявлять ему претензии за пропуск занятий, если он отлично успевает по остальным разделам программы? Думается, для оценки успеваемости достаточно двух показателей: систематического посещения занятий и сдачи контрольных нормативов, поскольку они – интегральное выражение всех сторон физкультурной деятельности студента. Правда, характер контрольных нормативов и их качество должны быть иными. На наш взгляд, комплекс их должен состоять максимум из 4-5 контрольных упражнений и характеризовать важнейшие двигательные качества студента (выносливость при работе аэробного характера, скоростные и силовые возможности, гибкость). И, самое главное, комплекс контрольных нормативов должен быть сквозным, т.е. тестирование студента в каждом семестре на протяжении всех 4-х лет обучения должно проводиться по единой программе.

В качестве тестов предлагаются:

1. Бег на 2000 (для женщин) и 3000 метров (для мужчин). Проводится на беговой дорожке стадиона. Время фиксируется с точностью до одной секунды. Разрешается переходить на шаг, но студентам дается установка закончить дистанцию как можно быстрее.

2. Бег на 100 метров, проводится на беговой дорожке стадиона. Положение для старта – произвольное.

3. Подтягивание на высокой перекладине (для мужчин). Студент принимает положение "вис" (хват сверху), подтягивает тело к перекладине до уровня подбородка (не касаясь ее), а затем возвращается в исходное положение. Упражнение выполняется плавно, без рывков. Тело выгибать нельзя. Сгибание коленей, дерганье ногами, а также отдых в положении "виса" более 3 секунд не разрешаются.

4. Поднимание туловища (для женщин) из положения "лежа на спине". Ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов. Партнер держит ноги. Пятки находятся на расстоянии не более 30 см от таза, спина плотно прижата к полу. Руки крест-накрест прижаты к груди

и во время выполнения упражнения не отрывается от нее. Студентка поднимает туловище, сгибая его так, что локти рук касаются бедер, затем опускается на пол, касаясь его лопатками.

5. Наклоны вперед из положение "сидя". На полу проводятся две перпендикулярные пересекающиеся линии. Испытуемый (без обуви) садится так, чтобы его пятки находились рядом с линией, но не касались ее. Расстояние между пятками 20-30 см. Ступни вертикальны. Руки "вперед-внутри", ладони вниз. Партнер прижимает колени к полу, не позволяя сгибать ноги во время наклона. Выполняются два медленных предварительных наклона (ладони скользят по размеченной линии). Третий наклон (зачетный) выполняется за 3 сек. Результат фиксируется по кончикам пальцев (может быть отрицательным или положительным) с точностью до 1 см.

Учитывая специфику постановки учебного процесса по физическому воспитанию в Минском институте культуры (одно занятие в неделю на стадионе, второе - в бассейне) для данного контингента студентов предлагается дополнительный тест "Плавание на 50 м волыным стилем". Проводится в бассейне. Стартовать можно с бортика или из воды. Время фиксируется с точностью до 1 сек.

При выставлении зачета по физическому воспитанию необходимо учитывать исходный уровень физического развития студентов. Сейчас и для сильных, и для слабых в физическом отношении установлены одинаковые нормативы. Это приводит к тому, что слабо подготовленные даже при самом прилежном отношении к занятиям не могут осилить нормативов, особенно на хорошую и отличную оценки. У большинства из них в связи с этим возникает чувство физической неполноценности, а порой и устойчивые психологические барьеры, что отчуждает их от занятий физической культурой.

На наш взгляд, необходимо разработать систему оценки успеваемости, позволяющую прилежному (не пропускавшему занятия), но слабому в физическом отношении студенту получить зачет, даже если он в конце семестра не уложился ни в один из предложенных контрольных нормативов. В тоже время система зачета должна стимулировать студента к сдаче этих нормативов на максимально возможную оценку.

Это будет возможно, если используемые показатели (систематическое посещение занятий и сдача контрольных нормативов) оценивать в баллах и для получения зачета необходимо будет набрать оп-

Таблица I

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ
по физической подготовленности для студентов основного
и спортивного отделений (Д-девушки, Д-юноши)

Виды испытаний	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Бег 2000 м; мин., с Д	10.15	10.50	11.15	11.50	12.15
Бег 3000 м В	12.00	12.35	13.10	13.50	14.30
Бег 100 м с Д	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
Б В	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
Появление туловища, к-во раз Д	60	50	40	30	20
Подтягивание на высокой перекладине, к-во раз В	15	12	9	7	5
Наклон вперед из поло- жения сидя, см В	30	+15	+10	+5	0
Б	+16	+13	+8	+3	0
Плавание 50 м, с Д	54,0	1.03	1.14	1.24	о/времени
В	40,0	44,0	48,0	57,0	о/времени

ределенную сумму баллов. В соответствии с этим выполнение контрольных нормативов в зависимости от уровня подготовленности мы предлагаем оценивать по пятибалльной системе (табл. I). Каждое же отдельное занятие по физвоспитанию оценивается в 2 балла.

Проиллюстрируем это примером. Во II семестре студенты-первокурсники по учебному плану должны посетить 30 занятий. Следовательно, им для получения зачета по физвоспитанию необходимо набрать 60 баллов (30 занятий \times 2 балла). Их можно набрать, посетив все 30 занятий (при этом не уложиться ни в один контрольный норматив), а можно - сдав нормативы на "хорошо" и получив при этом 20 баллов (5 нормативов \times 4), посетив лишь 20 занятий.

Таким образом, можно не без основания предположить, что предлагаемый дифференцированный подход к зачету станет ощутимым стимулом улучшения работы по физическому воспитанию в высшем учебном заведении.

А.А. Балай
О.И. Андрюшенко
(кафедра физвоспитания)

СЕТЕВОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ

Планирование двигательной деятельности, особенно на этапах начального обучения, должно быть оптимальным по объему, содержанию учебного материала, последовательности его прохождения, возможностям усвоения с учетом физических и психофизиологических особенностей студентов.

Широкими возможностями для решения задачи оптимизации деятельности педагога на этапах обучения плаванию обладают методы сетевого планирования. Его отличительные черты - возможность более точного определения продолжительности времени, необходимого для решения отдельных задач обучения и увязка их в нужной методической последовательности. Это позволяет из всего комплекса задач выбрать для особого контроля за ними те, которые в конечном счете определяют достижения обучающихся. В содержание работы по составлению сетевой модели входит:

1. Определение перечня подводящих упражнений.
2. Построение первичного варианта сетевого графика.