(cc) BY

Чэнь Чэнь
преподаватель
Нанкинский институт физического воспитания
г. Нанкин, Китайская Народная Республика
ГАОУ ВО «Московский государственный институт
физической культуры, спорта и туризма имени Ю.А. Сенкевича»
г. Москва
Гэ Цзянь
аспирант
ГАОУ ВО «Московский государственный институт
физической культуры, спорта и туризма имени Ю.А. Сенкевича»
г. Москва

АНАЛИЗ СТРАТЕГИИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА ПО ЧЕРЛИДИНГУ КИТАЙСКИХ СПОРТИВНЫХ КОЛЛЕДЖЕЙ И УНИВЕРСИТЕТОВ ПО МОДЕЛИ «ОБУЧЕНИЕ, УСЕРДНЫЕ ТРЕНИРОВКИ И РЕГУЛЯРНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ»

Аннотация*: документ «Обучение, усердная практика и регулярные соревнования» был предложен Министерством образования Китая в 2020 году. В качестве новой модели построения учебной программы по физическому воспитанию он стал предметом исследований и практики. «Обучение, усердная практика и регулярные соревнования» также стали основной политикой реформы преподавания физического воспитания. Однако в процессе разработки проектов по черлидингу в различных колледжах и университетах все еще есть огромные возможности для улучшения и доработки конкретных планов внедрения, требуемых новой моделью. В этой статье используется литературный метод и метод полевых исследований для анализа преподавания и подготовки проектов по черлидингу в колледжах и университетах. Рассматриваются конкретные учебные планы, требования к обучению и результаты соревнований по черлидингу в колледжах и университетах. Возьмем в качестве примера другие аспекты,*

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

чтобы обеспечить благоприятное руководство для практики «преподавания, прилежной практики и регулярных соревнований» в программах по черлидингу в колледжах, а также содействовать всестороннему развитию учащихся.

***Ключевые слова**: обучение, усердная практика, регулярные соревнования, китайские спортивные колледжи, черлидинг, стратегия внедрения.*

16 октября 2020 года Главное управление Центрального комитета Коммунистической партии Китая и Главное управление Государственного совета опубликовали «Мнения о всестороннем укреплении и улучшении школьного физического воспитания в новую эпоху». 23 июня 2021 года Главное управление Министерства образования КНР опубликовало «Руководство по реформе преподавания «Физического воспитания и здоровья» (Экспериментальное внедрение)» [1]. В этих двух документах указывалось, что основой реформы школьного физического воспитания и эстетического воспитания является «преподавание, прилежная практика и регулярные соревнования». В контексте развития и реформы школьного физического воспитания в новую эпоху преподаватели обязаны содействовать всестороннему развитию учащихся и уделять внимание всестороннему образованию в качестве целей обучения. Посредством преподавания в классе и внеклассных занятий учащиеся обучаются проявлять инициативу в обучении, они стимулируются к самостоятельной практике и мотивируются участвовать в соревнованиях, все это тесно связано. В процессе преподавания и развития проектов по черлидингу в колледжах и университетах вопрос о том, как выполнять требования «преподавания, усердной практики и регулярных соревновании», все еще нуждается в дальнейшем осмыслении и совершенствовании.

1. Интерпретация «преподавания, усердной практики и регулярных соревнований» в соответствии с требованиями новой эпохи.

1.1. Понять предпосылку «обучения».

В процессе обучения важна предварительная подготовка к уроку, и этому требованию также соответствуют занятия по физической культуре. Как подготовиться и что приготовить – это важные аспекты достижения цели «обучения».

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

На фоне развития и реформ новой эпохи значительно возросли и требования к учителям физической культуры. Учителя должны быть опытными в процессе обучения, понимать и преодолевать важные трудности в обучении. Они должны объяснять ученикам, что они должны не только усваивать знания и навыки, но и сосредоточиваться на понимании ключевых навыков, используя их в реальной жизни, сочетая теоретическое обучение с приобретением практических навыков.

«Обучение» является отправной точкой и важной основой для проведения различных спортивных мероприятий. Кроме того, курсы физической культуры в колледжах и университетах не являются обычными упражнениями. Развивая спортивные увлечения, учителя должны продолжать изучать теорию навыков, чтобы помочь студентам завершить сублимацию сочетания теории и практики. «Обучение» – это не только передача знаний и навыков, но и достижение цели-научить студентов, как их использовать. Кроме того, в период обучения студенты должны использовать языковой метод, соревновательный метод, метод раскрытия, ситуационный метод и другие методы для активного развития интереса студентов к спорту, чтобы заложить прочную основу для последующего этапа спортивной жизни.

1.2. Обратить внимание на закрепление «усердной практики».

Что касается аспекта «усердной практики», то и количество, и качество должны сочетаться. Сосредоточившись на упражнениях в классе, учащиеся должны также выполнять внеклассные упражнения. За счет совместных тренировок внутри и за пределами школы, ежедневного обучения они должны повышать успеваемость. Занятия физической культурой в колледжах и университетах не должны вводить в заблуждение, что из-за чрезмерного желания передавать больше знаний, игнорируется физическая активность. С другой стороны, они не должны обращать внимание только на спортивной деятельности и игнорировать теоретическую подготовку. В соответствии с оснащением места проведения необходимо детально проанализировать виды курсов физического воспитания и эффективно учитывать реальное положение студентов. Обеспечение того, чтобы количество и качество дополняли и сопровождали друг друга, является ключом

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

к обучению в классе. Внеклассные занятия по физической культуре являются относительно недостающей частью философии образования нашей страны, но из-за увеличения национальных соревнований по черлидингу в последние годы количество занятий в классе оказалось недостаточным для поддержания необходимого уровня на соревнованиях, поэтому частота занятий вне уроков в различных спортивных колледжах увеличивается. В этом контексте важна рациональная организация внеурочной деятельности, способная удовлетворить внутренние потребности учащихся. С точки зрения качества, важность преподавания в классе является более заметной. правильные технические моменты и безопасные методы обучения являются важными гарантиями обеспечения внеклассного обучения. Конечная цель «усердных тренировок» в большей степени заключается в развитии навыков самостоятельного обучения и овладении физическими упражнениями, передовыми техническими навыками, повышении физической подготовки студентов для удовлетворения потребностей «регулярных соревнований».

1.3. Воспользуйтесь возможностью «Регулярных соревновании».

В сегодняшнюю эпоху пандемии большинство оффлайн-гонок превратились в онлайн-модели, которые имеют свои преимущества и недостатки. Как сложный и красивый проект, конкурс может быть легко проведен без конкуренции в одной отрасли. Преимущество в том, что на него не влияет экономика, транспорт, место проведения и т. д., что обеспечивает удобство для большинства студентов при участии в конкурсе. В условиях эпидемии преимущества успешных соревнований в любом виде спорта перевешивают недостатки. «Соревнования» включают в себя не только регулярные соревнования высокого уровня. В дополнение к регулярным масштабным соревнованиям студенты могут учиться и соревноваться даже после того, как они освоили определенный тип индивидуальных навыков или полный набор аудиторных занятий. Соревнования, организованные школами, клубами или самими учащимися, также являются важным способом проведения регулярных соревнований. После окончания каждого цикла обучения в классе он может быть использован не только для проверки способности учащихся к усвоению знаний и умений, но и в форме соревнования для

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

воспитания предприимчивости, трудолюбия и отличных качеств самосовершенствования. Ван Денфэн, директор департамента физической культуры, здравоохранения и искусств, также сказал, что «регулярные соревнования» должны рассматриваться как важная часть создания курсов физической культуры.

2. Практическое применение «преподавания, усердной практики и регулярных соревнований» в программе черлидинга китайских спортивных колледжей и университетов.

В настоящее время 12 из 14 студенческих спортивных колледжей в нашей стране осуществляют проекты по черлидингу. Согласно опросу, модель разработки проекта упражнений Lala разделена на три типа курсов, а именно преподавание специальных курсов, преподавание общих курсов и преподавание курсов по выбору. Учащиеся специального класса – это студенты, которые прошли обучение в рамках проекта Lala exercise project. Большинство курсов рассчитаны на три-четыре занятия в неделю (6–8 часов). Большинство студентов общего курса – это студенты с базовыми специальностями по танцам и физическому воспитанию. Они будут организованы в определенном семестре второго курса. Курс состоит из двух занятий в неделю (4 часа). Большинство студентов на факультативных курсах – обычные студенты колледжа, которые не участвовали в проектах по черлидингу. В определенном семестре для второкурсников и младших классов учебная программа организована как одно занятие в неделю (2 часа). Каждая школа определяет частоту и содержание специальных занятий в соответствии с различными учебными планами каждого класса и структурой учебной программы.

2.1. Двусторонний метод обучения в «преподавании».

Во время обучения на специальных курсах у студентов есть определенная основа для обучения Lala. Содержание обучения это в основном базовое качество и техническая подготовка. Больше внимания уделяется обучению студентов основным навыкам. Закрепляя базовые навыки учащихся, стандартизируя технические действия и корректируя технические данные, студенты могут улучшить технические основы для совершенствования своих навыков. Хотя курсы по

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

выбору не являются основой профессиональной подготовки студентов по черлидингу, они имеют определенную основу для танцев и спорта. В преподавании курса это в основном ориентируется на наборе установленных методов обучения и в то же время помогает студентам самостоятельно исследовать сходство между различными проектами, чтобы увидеть более высокую степень сложности черлидинга. Студенты общих курсов в основном обучаются основным знаниям и навыкам черлидинга, чтобы понять духовную сущность черлидинга, пробудить интерес к проектам черлидинга и изучить полный набор правил черлидинга. Учителя на разных этапах урока изучали язык, демонстрации, видео комментарии и т. д. с одной стороны, через комбинацию или полный набор методов для проверки результатов обучения и успеваемости учащихся, с другой стороны, для четкого понимания характеристик и свойств отдельных студентов.

Внешкольное образование ориентируется на учащихся различных специальных классов и студентов с особыми потребностями. Их обучение профессиональным и техническим навыкам было значительно улучшено, по сравнению с преподаванием по школьной программе. Из-за ориентации соревновательных мероприятий на тренировочную деятельность основное внимание в содержании тренировок больше направлено на улучшение специальных навыков спортсменов и использование сложных технологий. В это время “ обучение» в большей степени ориентировано на цели «регулярного соревнования», а качество усердной работы студентов более целеориентировано. Сочетание специальных курсов и внешкольного обучения позволяет лучше разобраться во взаимосвязи между базовыми и продвинутыми технологиями.

В процессе обучения навыкам черлидинга преподаватели не только сосредоточиваются на улучшении физической подготовки и навыков учащихся, но и уделяют большое внимание обучению студентов спортивной защите, принимая во внимание самозащиту и защиту партнеров. В процессе обучения танцевальному черлидингу технология является основой, а предписанный набор – обязательным условием по обучению выбора и редактирования музыки, созданию форм движения, координации и решению командных задач. Все это также

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

является обязательным содержанием для черлидинга. Изучая черлидинг, мы можем понять, как стандартизировать наши собственные движения, как улучшить наши собственные навыки и как избежать спортивных травм во время занятий спортом и соревнований, чтобы заложить твердую гарантию «усердных тренировок и регулярных соревнований».

2.2. Режим усердной тренировки «Поощрение тренировок соревнованиями».

Для студентов с потребностями в соревновании, в режиме специального курса обучения черлидингу в течение 6–8 часов в неделю, дополнительное время после занятий будет использоваться для подготовки к соревнованиям. Среди 12 студенческих спортивных колледжей, в которых есть команды по черлидингу, почти все преподаватели будут помогать студентам практиковать программу внеурочных занятий по подготовке к соревнованиям. Согласно опросу, энтузиазм учащихся на этом этапе не слабее, чем при преподавании в классе, но это вызывает конкуренцию между классами. Давление конкуренции пробуждает у студентов желание тренироваться. При преподавании в классе, не являющемся специальным, с одной стороны, учащимся предлагается самостоятельно практиковаться после занятий с помощью видеозаписей, сценических итоговых тестов и т. д., С другой стороны, с помощью различных форм соревнований, таких как групповые соревнования в классе, классные соревнования и очные соревнования, учащимся предлагается проводить единое обучение, и они получают возможность соответствовать стандарту «усердной практики» в двух аспектах. «Соревнования» разного масштаба ставят цели перед учащимися и преподавателями, стимулируют учащихся к обучению и энтузиазм к практике, так что учащиеся могут постепенно совершенствовать свои навыки и техническую сложность в разных этапах обучения, повышать оценку полных наборов действий и активно готовиться к цели «регулярного соревнования».

2.3. Диверсифицированная конструкция «Регулярного соревнования».

Некоторые колледжи будут использовать форму соревнований по черлидингу на территории кампуса, чтобы способствовать популяризации проекта в

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

кампусе, делая его регулярным мероприятием общешкольного характера, охватывающим все колледжи и школы. Создавая различные группы, все учащиеся в школе поощряются к участию в них. Соревнования проводятся в строгом соответствии с обычной организацией соревнований, а в качестве судей и тренеров выступают старшеклассники-спецы, имеющие судейскую квалификацию и квалификацию тренера. Благодаря формальному формату соревнований студенты могут сформировать хороший кодекс поведения и развить хорошую спортивную этику соревнований в условиях заражения соревновательной атмосферой и ограничений правил соревнований, а также широко распространять культуру черлидинга, укреплять обмены между студентами и улучшать технические способности студентов на общих курсах. В то же время особым студентам предоставляется платформа для оценки и руководства командой, чтобы улучшить способности студентов во многих отношениях, дать студентам возможность испытать множественную идентичность и всесторонне развивать качества студентов. Кроме того, выдающиеся спортсмены отбираются на очных соревнованиях, организуемых школами, для участия в крупномасштабных соревнованиях, организуемых различными профессиональными учреждениями, такими как Главное управление спорта штата и Университетская спортивная ассоциация. Даже во время эпидемии они будут участвовать в онлайн-соревнованиях в соответствии с требованиями политики.

Хотя крупномасштабные спортивные соревнования и школьные соревнования имеют стандартизированные соревновательные процессы, существуют определенные недостатки в требованиях к частоте проведения «регулярных соревнований». В дополнение к стандартизированным соревнованиям с требованиями, построение регулярных соревнований также проходит через процесс преподавания физического воспитания. Учителя используют методы соревнований в конце учебного цикла для проверки эффективности аудиторного обучения и укрепления овладения учащимися техническими навыками. Внеклассные домашние задания, видеозапись и другие формы могут не только соответствовать требованиям «усердной практики», но и проходить в формате ежедневных

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

соревнований, когда учащиеся комментируют друг друга, и это способствует тому, что учащиеся берут на себя разные роли и лучше осознают свои собственные недостатки и добиваются прогресса.

3. Новая эпоха «обучения, усердной практики и регулярных соревнований» требует реализации проекта по черлидингу в спортивной академии.

В национальном списке высших учебных заведений 2022 года насчитывается 36 спортивных колледжей и университетов, в том числе 14 спортивных колледжей для студентов. Согласно опросу, в настоящее время существует 12 школ, в которых преподают черлидинг, и все 12 колледжей и университетов имеют опыт участия в национальных соревнованиях. Среди них Пекинский университет физического воспитания, Институт физического воспитания Гуанчжоу и Институт физического воспитания Сианя приняли участие в Национальном студенческом чемпионате по черлидингу, ежегодно организуемом Ассоциацией университетского спорта на ранней стадии эпидемии. Институт физического воспитания Чэнду, Столичный институт физического воспитания и Хэбэйский институт Физкультуры будут время от времени участвовать в соревнованиях. Тяньцзиньский институт физического воспитания, Цзилиньский институт физического воспитания и Шаньдунский институт физического воспитания в основном участвуют в серии соревнований, спонсируемых Государственным управлением физического воспитания, включая Национальный чемпионат по черлидингу, Национальный чемпионат по черлидингу и Открытый чемпионат Китая. Четыре университета Уханьского института физического воспитания, Нанкинского института физического воспитания и Шэньянского института физического воспитания ежегодно принимают участие в соревнованиях двух отечественных организаторов в зависимости от способностей своих студентов. Организаторы не ограничивают их. Одна или несколько игр в год являются нормой.

Если взять в качестве примера Нанкинский институт физического воспитания, то в настоящее время в школе более 400 учеников и 243 зарегистрированных спортсмена участвуют в школьной программе черлидинга, включающей черлидинг с цветным мячом, черлидинг с мастерством, черлидинг в стиле хип-хоп и

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

черлидинг с ударом. Ученики и преподаватели организуют свои собственные клубы черлидинга. В настоящее время существует более 100 членов клуба и 4 тренера. С момента запуска проекта по черлидингу они много раз выигрывали соревнования по аэробике черлидинга в Цзянсу и национальные соревнования по черлидингу. Чемпион соревнований по черлидингу, а также ряд звездных спортсменов и профессиональных тренеров и судей прошли подготовку в направлении черлидинга. Благодаря методу преобразования проекта, его программа навыка черлидинга позволила ряду спортсменов принять участие в программе навыка, и за последние два года было подготовлено 10 национальных спортсменов второго уровня и четыре национальных спортсмена первого уровня. С точки зрения культурного развития черлидинга Нанкинский институт физического воспитания превратился в пятизвездочный клуб со стеной почета, кабинетом трофеев, четырехзвездочной мобилизацией и другими наградами и стимулами. Он не только развивает культуру черлидинга с помощью двусторонней параллельной модели, чтобы привлечь учеников к обучению, но и активно участвует в соревнованиях, чтобы завоевать славу школы.

4. Обратите внимание на реализацию проекта La La exercise в колледжах и университетах.

4.1. «Обучение» уделяет внимание физическому и умственному прогрессу.

Уточните существующие результаты, обобщите опыт преподавания и обнаружите, что в рамках этой модели обучения различные колледжи и университеты подготовили много выдающихся спортсменов. В то же время они улучшили различные особые качества студентов, создав различные платформы, чтобы помочь студентам в этом важном опыте для становления спортсменов, тренеров, судей и т. д. Улучшая качество во многих аспектах, следует своевременно уделять внимание построению центрального психологического фактора процесса обучения, чтобы преподаватель мог вызывать разнообразные психологические чувства в разных личностях и гибко трансформировать способность студентов к сопереживанию в разных ситуациях.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Сосредоточившись на обучении своим физическим навыкам, он не должен забывать о теоретической подготовке. Эти два аспекта должны быть тесно интегрированы и проходить в духе» четыре пробуждения моего тела», Сочетание развития технических двигательных навыков, учета ошибок во время тренировки и способы их исправления, способы защиты и неотложных действий. Преподаватели могут помочь студентам овладеть теоретическими знаниями и закрепить основные положения теории. Они должны выступать не только как преподавателя, но и как проводники.

4.2. «Усердная практика» фокусируется на эффекте применения.

Существующая модель образования и обучения может лучше достичь эффекта «усердной практики», который может обеспечить активное обучение студентов во время и после занятий. В сочетании с целенаправленной конкуренцией это поможет лучше направить студентов к активному участию в самостоятельной практике. Кроме того, необходимы дополнительные исследования по улучшению качества обучения с акцентом на объем практики. При постановке целей на качество обучения нельзя игнорировать индивидуальные различия учащихся, чтобы не допустить «бунта учащихся». Психология и стандарты не могут быть намеренно снижены, чтобы не ослабить энтузиазм студентов. Что касается требований, предъявляемых к спортсменам, то они должны повышать свой познавательный уровень во время бесплатных тренировок. Они должны не только сосредоточиться на улучшении своей физической формы и навыков, но и учитывать свое будущее развитие, знать свои карьерные планы и развивать способность студентов быть как спортсменами, так и тренерами. «Усердная практика» не только сосредоточивается на специальной подготовке, но и позволяет студентам с различными способностями осваивать смежные специальности, такие как обработка музыки, полный набор аранжировок и другие аспекты. Мы можем смотреть в будущее и обучать специалистов, которые могут работать в этой области.

4.3. «Регулярное соревнование» проходит через весь учебный процесс.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В настоящее время для колледжей и университетов, которые способны участвовать в национальных соревнованиях, требования к соответствию «регулярному соревнованию» в большей степени основаны на соревнования по установленному циклу обучения. Но из-за эпидемии все еще трудно соответствовать требованиям «регулярного соревнования» из-за большого промежутка времени и длительной подготовки к крупномасштабным соревнованиям. Таким образом, можно посмотреть на класс и хорошо использовать занятия перед классом, в среднем классе и в конце класса. В то же время вместо содержания класса можно использовать различные формы соревнований, чтобы учащиеся могли разогреться в соревновании, ощутить направленность преподавания, воспроизвести процесс обучения и проверить лазейки в обучении. Соревнование в классе также может активно направлять студентов на самостоятельную практику после занятий. Хотя это последнее звено, оно может умело соединить «преподавание» и «прилежную практику», чтобы стимулировать энтузиазм студентов к обучению и тренировкам с помощью соревнований, выявлять технические недостатки студентов с помощью соревнований и вызывать интерес студентов. Особенно это важно в изучении сложных технологий.

В настоящее время требования соответствия «регулярным соревнованием» для колледжей и университетов, которые могут участвовать в национальных соревнованиях, в большей степени основаны на гонке установления цикла обучения, но требования к «регулярным соревнованиям» все еще трудно выполнить из-за эпидемии. Имеет место большой временной интервал и длительные подготовки к масштабным соревнованиям. Таким образом, вы можете просмотреть класс и лучше использовать подготовительные уроки, уроки в среднем классе и уроки в конце класса. Кроме того, вместо содержания урока можно использовать различные формы соревнования, чтобы учащиеся могли согреться в соревнованиях, почувствовать направление обучения, повторить учебный процесс и проверить пробелы в обучении. Соревнование в классе может активно ориентировать учащихся на самостоятельную практику после уроков. Современное поколение может умело увязать «обучение» и «усердную практику», чтобы

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

пробудить желание учиться и тренироваться через конкурсы, выявить технические недостатки студентов через конкурсы и привить студентам интерес к самостоятельному изучению сложных технологий.

5. Стратегия реализации проекта по черлидингу в колледже, основанная на «обучении, усердной практике и регулярных соревнованиях».

5.1. Помогите учащимся изменить свою идентичность и рассмотреть проблемы с разных точек зрения.

Обучая студентов знаниям и навыкам черлидинга, они должны научить их чувствовать себя более адекватными, помогать студентам находить свои сильные стороны, предлагать студентам различные пути будущего развития, а также развивать качества трудолюбивых спортсменов, совершенствовать свои навыки, преодолевать себя и стремиться к специальному мастерству. Дать возможность студенту почувствовать себя тренером, превратиться из спортсмена в учителя, помочь ученикам исправить ошибки, чтобы получить опыт передачи навыков и улучшить свои навыки и навыки самовыражения. Дайте способным студентам возможность стать судьями и продемонстрировать свои судебные способности. Кажется, что эти три момента не имеют ничего общего друг с другом, но они дополняют друг друга. С помощью различных практик они могут изменить свою точку зрения, выйти за горизонт студентов и улучшить себя с помощью различных идей.

5.2. Уделять внимание формированию культуры учебной программы и обеспечивать хорошую атмосферу.

Китайскую культуру черлидинга можно в основном разделить на привлекательность, влияние и сплоченность. Концепция китайского черлидинга основывается на культуре командной самоотдачи, и ее можно резюмировать как пять слов: команда, мода, жизненная сила, уверенность в себе и радость. В повседневном обучении культура черлидинга должна быть интегрирована в класс, чтобы учащиеся могли идти рука об руку как физически, так и умственно и почувствовать суть черлидинга. Учителя могут использовать клубы черлидинга в качестве отправной точки для организации культурных недель, викторин знаний, очных

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

соревнований и других способов распространения культуры, а спортивные соревнования – в качестве ориентира. Вы можете создать списки почета, стенды с трофеями и т. д. Чтобы мотивировать студентов, вы можете организовать производство реквизита вокруг Ла-Ла-Ла, чтобы почувствовать коннотацию Ла-Ла-Ла. Реализуйте «мобилизацию четырех удач», к которой должны стремиться студенты, то есть воспитывайте будущую социальную элиту с хорошими моральными качествами, хорошей учебой, хорошим темпераментом и хорошими технологиями. В преподавании культурное назидание используется для того, чтобы побудить студентов заинтересоваться хорошей атмосферой.

5.3. Обратите внимание на процесс соревнований и составьте хорошее резюме после соревнований.

Хотя «регулярные соревнования» занимает важное место в качестве неотъемлемой части процесса обучения, для проверки результатов студентов недостаточно использовать только метод соревнования. Он не является полным, чтобы мотивировать студентов учиться. Резюме после игры также является важной частью «соревновании». Видеоанализ может быть использован после игры, чтобы помочь студентам самостоятельно оценить друг друга, а также могут быть высказаны профессиональные суждения, чтобы развить способность студентов самостоятельно выявлять и решать проблемы. Что касается ежедневных классных соревнований, то они проводятся в основном для того, чтобы исправить ошибки и мотивировать их, чтобы вызвать у учащихся желание учиться. Для масштабных соревнований должна быть возможность наблюдать за другими командными соревнованиями, выявлять минусы тренировочного процесса, а также активно направлять учащихся на подведение итогов после занятий. Каждое соревнование – это не только опыт, но и важный момент для понимания собственных проблем и улучшения своих способностей.

6. Заключение.

В настоящее время в различных колледжах и университетах существуют соответствующие уникальные методы организации и развития проектов черлидинга. Тем не менее, когда они учатся на курсах черлидинга, они все еще должны

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

стремиться к «обучению, усердным практикам и регулярным соревнованиям» и использовать культуру черлидинга повсюду, сочетая теоретическое обучение с практикой и сочетая совершенствование навыков с психологическим развитием. В соответствии с принципом «обучение, усердных практик и регулярных соревновании», после изучения основных навыков каждый студент может стать отличным болельщиком, тренером и судьей в соответствии с индивидуальными особенностями, чтобы помочь студентам развиваться различными способами. Кроме того, «обучение, усердных практик и регулярных соревновании» должны быть объединены и освоены. Способствуя интеграции «обучение, усердных практик и регулярных соревновании», необходимо добиться «многоточечного процветания» и быть более гибкими в отношениях между этими тремя элементами, чтобы они могли помогать друг другу и поднимать друг друга.

Список литературы

1. Сюй Чжунцю. Обзор истории чирлидинга [J] / Сюй Чжунцю [и др.] // Бюллетень литературы по спортивной науке и технике. – 2007. – №1. – С. 3–4.

2. Чжан Хун. Исследование упражнений для черлидинга [J] / Хун Чжан [и др.] // Руководство по спортивной культуре. – 2010. – №01. – С. 31–33.

3. Ма Хунтао. Упражнение для черлидинга [M] / Хунтао Ма. – Издательство высшего образования, 2009.

4. Чэнь Панпан. Исследование тенденции развития технического уровня китайской команды по чирлидингу [D] / Панпан Чэнь // Пекинский спортивный журнал. – 2009.

5. Гао Мин Сюй, Чжу Цюаньфэй. Пути повышения физической подготовленности студентов в высших профессиональных колледжах [J] / Сюй Гао Мин, Цюаньфэй Чжу // Журнал Чанчжоуского информационного профессионально-технического колледжа. – 2021. – №20 (03). – С. 85–87.

6. Xu Zhongqiu. Overview of the history of Cheerleading [J] / Xu Zhongqiu [et al] // Sports Science and Technology Literature Bulletin. – 2007. – №1. – С. 3–4.

7. Zhang Hong. Research on Cheerleading Exercise [J] / Hong Zhang [et al.] // Sports Culture Guide. – 2010. – №01. – С. 31–33.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

8. Ma Hongtao. Cheerleading Exercise [M] / Hongtao Ma. – Higher Education Press, 2009.

9. Cheng Panpan. The Research on the Development trend of the Technical level of Chinese Skill Cheerleading Team [D] / Panpan Cheng // Beijing Sports Journal. – 2009.

10. Gao Minxu, Zhu Quanfei. Ways to Promote Students' Physical Fitness in Higher Vocational Colleges [J] / Minxu Gao, Quanfei Zhu // Journal of Changzhou Information Vocational and Technical College. – 2021. – №20 (03). – С. 85–87.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)