

ЛЕКЦИИ

Теория и методика физического воспитания

Доктор педагогических наук,
профессор

Марина Геннадьевна Янова



Лекции №1

Общая характеристика теории и методики физического воспитания

План

- ТМФВ как учебно-научная, профилирующая дисциплина
- Основные понятия, применяемые в ТМФВ
 1. Физическая культура
 2. Физическое воспитание

ТМФВ как учебно-научная, профилирующая дисциплина

- **ТМФВ** в средних и высших профильных заведениях является учебно-научной профильной дисциплиной
- **ТМФВ** призвана сформировать у будущего учителя ФК его пед. кредо, научить его видеть цель, определять ближайшие задачи и правильно подбирать средства, методы и формы их реализации

Одна из главных задач ТМФВ:

Вооружить буд. учителя умением интегрировать междисциплинарные знания и знания, полученные при изучении частных методик, находить пути реализации этих знаний в практической деятельности.

ТМФВ состоит из двух неразрывно связанных между собой частей:

теории физического воспитания (ТФВ) и методики физического воспитания (МФВ)

Предмет изучения ТФВ: общие закономерности ФВ как педагогического процесса, которые в равной мере свойственны физическому воспитанию разных слоев населения:

- детей и взрослых*
- начинающих и квалифицированных спортсменов.*

Теория возникает, постоянно развивается, уточняется, дополняется, обновляется, жизнеутверждается

ТФВ имеет как научно-познавательное, так и практическое значение. Полученные в результате научных исследований данные обобщаются, теоретически осмысливаются, что позволяет отбирать, рекомендовать и использовать наиболее эффективные средства и методы ФВ для каждого конкретного случая (применительно к любой возрастной группе, для групп различного уровня подготовленности и т.д.).

Предмет изучения МФВ - частные закономерности ФВ и реализация общих закономерностей в педагогическом процессе, имеющем конкретную направленность (профессионально-прикладная подготовка, спортивная подготовка)

Таким образом, ТМФВ изучает ФВ как явление общественной жизни, выясняя его цель и задачи, взаимосвязь с другими сторонами воспитания личности (нравственным, умственным, эстетическим, трудовым и т.д.)

Основные понятия, применяемые в ТМФВ

1. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

«Физическая культура – вид материальной культуры, характеризующая степень достижения физического совершенства как человеком в отдельности, так и общества в целом» (Сулейманов И.И., Михалев В.И., Шнайдер В.Х.)

ФК – самое емкое понятие по содержанию

**Духовные
ценности**



**Материаль
ные
ценности**

**Физическая
культура**

Духовные ценности

Знания о средствах и методах ФВ ,о способах формирования двигательных качеств

Знания о планировании и построении спортивных тренировок

Материальные ценности

Материальная база (стадионы, площадки, залы, бассейны, треки, ипподромы и т.д.), инвентарь, оборудование

Спортивные достижения, опыт

ФК относится к материальным видам культуры, так как ее объектом является человеческое тело (материальный субстракт)

ФК – важное средство воспитания, поскольку ее средствами можно существенно расширить функциональные резервы организма, повысить уровень общей дееспособности и выработать устойчивую переносимость ко многим неблагоприятным воздействиям внешней среды (войны, лишения, катаклизмы и т.д.)

ФК развивается в ходе созидательной деятельности общества и дополняется видами



Базовая ФК – стержневая форма ФК, направленная на формирование основ фундамента физического воспитания

Базовая ФК включает:

- ДОШКОЛЬНАЯ
- ШКОЛЬНАЯ
- Совершенствование

Прикладная ФК – форма ФК, направленная на формирование той части физического совершенства, которая обеспечивает выполнение той или иной человеческой деятельности

Бытовая ФК – характеризует уровень развития личных потребностей человека и степень исполнения двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни

ФК личности – достигнутый уровень физического совершенства человека и степень использования двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни

Показателями ФК личности являются:

- **Сила**
- **Выносливость**
- **Быстрота**
- **Гибкость**
- **Ловкость**
- **Объем освоенных двигательных умений и навыков (прежде всего жизненно необходимых: плавание, бег, прыжки, метания, передвижение на лыжах и т.д.)**

Функции ФК:



- **Материально-преобразующая** (повышение профессиональной работоспособности, реабилитация – восстановление физического потенциала)
- **Социально-политическая** – военно-прикладное и социально-профилактическое (отвлечение от пьянства, наркомании и т.д.) назначение
- **Духовная** (формирование «физкультурной» души) – ценностные мотивы, ценностные нормативы, эстетические идеалы, нравственные идеалы

Социальная структура ФК включает подсистемы:

- **Физкультурная деятельность**
- **Личностная подсистема – активность отдельной личности**
- **Общественная подсистема – создание обществом необходимых условий для физического совершенствования**

Исходя из вышеизложенного
под **теорией ФК** понимают
форму научного знания,
дающего наиболее целостное
представление о существенных
закономерностях достижения
физического совершенства

2. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

ФВ – образовательно-воспитательный процесс, характеризующийся всеми присущими педагогическому процессу общими признаками

ФВ – процесс обучения двигательным действиям и воспитания свойственных человеку физических качеств, гарантирующих направленное развитие базирующихся на них способностей (Матвеев Л.П.)

ФВ – есть педагогическая система физического совершенствования личности (ребенка, взрослого, спортсмена и т.д.)

Решение тех или иных задач позволяет выделить три основных направления в ФВ:

- **Общее ФВ** – направлено на укрепление здоровья и поддержание работоспособности и учебной или трудовой деятельности
- **ФВ с проф. направленностью** – призвано обеспечить уровень физической подготовленности, необходимый человеку в той или иной деятельности

- **ФВ со спортивной направленностью** – обеспечивает возможность специализироваться в избранной виде физических упражнений и достигать в них максимальных результатов

ФВ, направленное на подготовку к высоким достижениям в избранной виде спорта, называют спортивной тренировкой

Лекция №2

Общая характеристика теории и методики физического воспитания (продолжение)

План

3. Физическое развитие
4. Физическое образование
5. Физкультурное образование. Непрерывное образование
6. Физическое движение
7. Спорт
8. Знания как компонент физического образования
9. Система физического воспитания
10. Деятельность

3. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

ФР – процесс изменения природных морфофункциональных свойств организма в онтогенезе

В зависимости от совокупности факторов и условий **физического развития** ФВ может иметь различный характер – может стать всесторонним и гармоничным, либо ограниченным и дисгармоничным

На **ФР** человека оказывают влияние ряд факторов:

- биологические (наследственные) – рост, вес, морфологические факторы
- Климатогеографические – климат, метеорологические условия
- Социальные – условия материальной жизни, трудовой и учебной деятельности

4. ФИЗИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ФО – процесс и результат овладения специальными систематизированными знаниями, физическими упражнениями, а также способами их самостоятельного изучения и использования в процессе жизнедеятельности (Матвеев Л.П.)

Специальные знания – те знания, которые отражают закономерности физического воспитания

ФО человек получает в результате обучения с опорой на соответствующие знания и в единстве с воспитанием физических способностей.

П.Ф. Лесгафт создал учение о

«физическом образовании»: «неверно изолировать отдельные движения и сравнивать их между собой, сознательно управлять ими и приспособлять к препятствиям, преодолевая их с возможно большей ловкостью и настойчивостью, иначе говоря, приучиться с наименьшим трудом и возможно меньший промежуток времени сознательно производить наибольшую физическую работу»

5. Физкультурное образование. Непрерывное образование

Физкультурное образование

определяет меру профессиональной педагогической подготовки и может быть средним или высшим, что удостоверяется соответствующим дипломом (Сулейманов И.И.)

Цель ФО – формирование у занимающихся знаний, умений и навыков. Их физического совершенствования

Цель ФО регулируется следующими **задачами:**

- Воспитательные задачи
- Задачи развития координационных способностей и личностных качеств
- Задачи формирования знаний, умений и навыков физкультурной деятельности

Задачи и содержание ФО способствуют более успешному осуществлению деятельности в различных сферах жизнедеятельности человека

Технология любого образования (в т.ч. физкультурного) строится на соблюдении принципов.

Принцип – определяющее требование «делай так!»

Принципы ФО:

- всестороннего развития личности
- прикладной направленности
- оздоровительной направленности
- сознательности и активности
- наглядности
- доступности и индивидуализации
- систематичности (регулярности)
- постепенности

Для выполнения задач ФО необходимо заниматься непрерывно - отсюда необходимость

«непрерывного образования»

Цель НО — развитие личности во все периоды ее жизненного пути (от младенчества до старости)

НО — система, совокупность взаимосвязанных элементов, включающая преемственность его звеньев:

- дошкольное образование
- общее среднее образование
- начальное профессиональное образование
- среднее профессиональное образование
- высшее образование
- аспирантура и докторантура
- повышение квалификации и переподготовка кадров

6. ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ДВИЖЕНИЕ

ФД – специфическая форма социального движения, задачей которого выступает содействие повышению уровня ФК населения и развитию спорта.

1918г. – Всеобщее военное обучение (Всевобуч)

Октябрь 1919г. – Петроградский ин-т ФО им. П.Ф. Лесгафта

Декабрь 1920г. – гос. Центральный. Ин-т ФК (ГЦФК)

До 1925г. – принят ряд постановлений

- 1931-1934г.г. – введен Всесоюзный физк. Комплекс ГТО
- 1935-37г.г. – разработана и введена Всесоюзная спортивная классификация
- 1939г. Пересмотрены школьные программы по ФВ
- 1972г. – новый комплекс ГТО
- С 1981г. – движение «Стартуют все!» по наст. Время
- 2014г. Повторное обращение к комплексу ГТО

7. СПОРТ

Спорт — деятельность, которая исторически выделилась и оформилась в виде состязаний, непосредственно направленных на демонстрацию достижений в ней.

Спорт в широком понятии охватывает собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также специальные межчеловеческие отношения и поведенческие нормы, складывающиеся на основе этой деятельности

Базовая
часть



Специаль-
ные
службы



Спортивная
деятельность

Базовая часть

- соревнования
- Спортивные мероприятия

Специальные службы

- Тренировки
- Отбор спортсменов
- судейство

Функции спорта:

- Соревновательная функция
- Воспитательная функция
- Функция повышения физической активности
- Оздоровительная и рекреационно-культурная функция
- Производственная функция
- Познавательная функция
- Функция укрепления мира
- Защитная функция
- Экономическая функция
- Престижная функция

Организирующие факторы спорта:

- *Правила соревнований*
- *Положения* – определяют цели и задачи
- *Календари соревнований* – упорядочивают состязания по целям, задачам и месту проведения
- *Классификационные системы* – определяют уровни спортивной квалификации

Генеральный атрибут спорта - соревнования

Классификация соревнований

по цели соревнования подразделяются на:

- Основные
- Подводящие
- Отборочные
- Контрольные
- Зрелищные
- Массовые
- коммерческие

Также соревнования бывают:

По составу:

по плаванию
по гимнастике ...

По контингенту соперников:

по возрасту
по полу
по квалификации

По способу ведения соревновательного единоборства:

с непосредственным
контактом
бесконтактный

По условиям проведения:

ежегодно
единичные
традиционные

По типу судейства:

с субъективными
оценками
с различным числом
стартов (игры)
с выбыванием
проигравшего

Спорт подразделяется на:

- Спорт высших достижений
- Массовый спорт
- Детско-юношеский спорт
- Профессиональный (коммерческий) спорт

8. Знания как компонент физического образования

Знания в общем смысле – совокупность накопленных в процессе общественно-исторической практики человечества сведений о природе, обществе, технике и самом человеке.

Знание в физическом воспитании определяют то значение и то содержание, без которых невозможен ни один акт сознательной деятельности человека по овладению физическими упражнениями, использованию их в целях собственного физического развития и укрепления здоровья.

Начальная школа

- Знания о влиянии ФУ на состояние здоровья, работоспособность
- О гигиенических правилах
- О закаливании
- О режиме дня

Основная школа

- Знания о закономерностях движений
- О способах выполнения ФУ и тактических действий
- О принципах судейства
- Об организации и проведении самостоятельных занятий или с группой

Выпускник средней школы

- Знания о двигательной активности и спортивной тренировке как средствах поддержания высокой работоспособности
- Знания о значении прикладной ФК
- О роли ФК в воспитании детей
- О способах психофизической регуляции и саморегуляции

Источником знаний в процессе учебного познания является не только информация учителя, но и сама двигательная деятельность занимающихся

Цель приобретения знаний – применение их на практике

Главное предназначение ФК (цель) – способствовать достижению физического совершенства подрастающим поколением

9. Система физического воспитания

Эффективность использования ФУ зависит

от :

- Организации пед. процесса
- Уровня материального и научного обеспечения
- Совершенства органов руководства и контроля

Система ФВ - это целенаправленное взаимодействие всех перечисленных частей

Главная функция системы ФВ –

способствовать физическому совершенствованию людей

Цель системы ФВ в советском обществе – формирование физически совершенных людей, обладающих духовным богатством, моральной чистотой и способных к творческому труду и защите Родины

Действенность системы обусловлена **основными** принципами:

- Всестороннего развития общества
- Оздоровительной направленности ФВ
- Связи ФВ с трудовой и оборонной практикой

И **дополнительными** принципами:

- **Непрерывности развития**
- **Целостности развития** – единство телесного, интеллектуального и социально-психологического компонентов в формировании ФК
- **Деятельностного подхода**
- **Вариативности и многообразия содержания форм ФВ**
- **Оптимизации** – необходимость приведения средств, методов, нагрузок, организационных форм занятий в соответствие с целями и содержанием пед. процесса, индивид. способностями, мотивацией и уровнем притязаний занимающегося, внешними условиями деятельности.

Социально-экономические основы



Система ФВ в системе социальной деятельности

Правовые основы

Методические основы

Программно-нормативные основы

Единые государственные программы

Всесоюзный физк. Комплекс ГТО

Единая всероссийская спорт. Классификация

Организационные основы

10. Деятельность

Согласно словарным определениям

деятельность - специфическая форма активного отношения к окружающему миру, содержание которой составляет его целесообразное изменение и преобразование

Характеристики деятельности:

- активность
- целесообразность

Педагогическая деятельность

Процесс пед.
деятельности

- Последовательность действий педагога, которая должна способствовать созданию условий для учения

Результат
(продукт)
воспитания и
обучения

- Изменение в нужном направлении внутренних (физических, психических) и внешних условий

Показатели ФД:

- Состояние здоровья
- Количество занимающихся (общее)
- Количество занимающихся (СМГ)
- Качество – показатель отличных, хороших, удовлетворительных, неудовлетворительных оценок
- Сравнение показателей в начале и в конце учебного года

Физическое совершенство

- это оптимальный уровень двигательной подготовленности и физического развития человека применительно к современным условиям жизни

Спасибо за внимание!

