

Теория и методика  
физического воспитания



**Система физического  
воспитания в  
Российской  
Федерации**



# Система физического воспитания в Российской Федерации

---

План:

1. Система физического воспитания, ее основы.
2. Цель и задачи физического воспитания.
3. Общие социально-педагогические принципы системы физического воспитания.



# *Система физического воспитания, ее основы*

---

Под понятием ***система*** имеют в виду нечто целое, представляющее собой единство закономерно расположенных и находящихся во взаимной связи частей, предназначенных для выполнения конкретных функций и решения тех или иных задач.



# *Система физического воспитания*

---

это исторически  
обусловленный тип  
социальной практики  
физического воспитания,  
включающий



# *Мировоззренческие основы*

---

- **Мировоззрение** представляет собой совокупность взглядов и идей, определяющих направленность человеческой деятельности.
- В отечественной системе физического воспитания мировоззренческие установки направлены на содействие всестороннему и гармоническому развитию личности занимающихся, реализацию возможностей достижения каждым физического совершенства, укрепление и многолетнее сохранение здоровья, подготовку на этой основе членов общества к профессиональным видам деятельности.



# *Теоретико-методические основы*

---

Система физического воспитания опирается на достижения многих наук. Ее теоретико-методической основой служат научные положения:

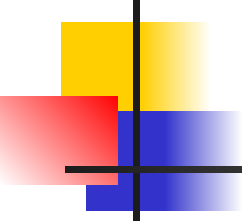
- естественных наук (анатомия, физиология, биохимия),
- педагогических наук (педагогика, психология),
- общественных наук (философия, социология).



# *Программно-нормативные ОСНОВЫ*

---

Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту (программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, армии и т.д.). Эти программы содержат научно-обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований



*Программно-нормативные основы  
системы ФВ конкретизируются  
применительно:*

---

- к особенностям контингента (возраст, пол, уровень подготовленности, состояние здоровья) и
- условиям основной деятельности участников физкультурного движения (учеба, работа на производстве, служба в армии)





В двух основных направлениях:

---

- общеподготовительном и
- специализированном.



## *Общеподготовительное направление*

---

- представлено, прежде всего, физическим воспитанием в системе общего обязательного образования.



# Оно обеспечивает:

---

- базовый минимум всесторонней физической подготовленности
- необходимый в жизни основной фонд двигательных умений и навыков
- доступный каждому уровень разностороннего развития физических способностей.



## *Специализированное направление*

---

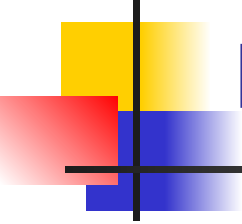
- (спортивная тренировка, производственно-прикладная и военно-прикладная физическая подготовка) предусматривает углубленное совершенствование в избранном виде двигательной деятельности на базе широкой общей подготовки с возможно высоким (в зависимости от индивидуальных способностей) уровнем достижений.



# *Организационные основы*

---

- Организационную структуру системы ФВ составляют государственные и общественно-самодеятельные формы организации, руководства и управления.



# По государственной линии предусматриваются:

---

- систематические обязательные занятия физическими упражнениями в дошкольных учреждениях (ясли-сад), общеобразовательных школах, средних специальных и высших учебных заведениях, армии, лечебно-профилактических организациях, занятия проводятся по государственным программам, в отведенное для этого часы в соответствии с расписанием и официальным графиком под руководством штатных специалистов (физкультурных кадров).



# По государственной линии

---

- Контроль за организацией, осуществлением и результатами ФВ по государственной линии обеспечивают Комитет РФ по физической культуре, спорту и туризму, Комитет Государственной Думы по туризму и спорту, городские отделы по физической культуре и спорту. а также соответствующие отделы министерства образования РФ.



## По общественно-самодеятельной линии

---

- занятия физическими упражнениями организуются в зависимости от индивидуальных склонностей, способностей занимающихся и потребности в физическом воспитании. Принципиальной чертой общественно-самодеятельной формы организации является полная добровольность физкультурных занятий. Продолжительность занятий во многом зависит от индивидуальной установки, личных склонностей и реального наличия свободного времени.





## 2. *Цель и задачи физического воспитания*

---

- Под ***целью*** понимают конечный итог деятельности, к которому стремится человек или общество.



# Цель физического воспитания

---

- **Целью физического воспитания** является оптимизация физического развития человека, всестороннего совершенствования свойственных каждому физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, характеризующих общественно активную личность, обеспечить на этой основе подготовленность каждого члена общества к плодотворной трудовой и другим видам деятельности (Матвеев Л.П.)



# Задачи физического воспитания

---

- Для того чтобы цель сделать реально достижимой в физическом воспитании, решается комплекс конкретных задач (*специфических и общепедагогических*), которые отражают многогранность процесса воспитания, этапы возрастного развития воспитываемых, уровень их подготовленности, условия достижения намеченных результатов.

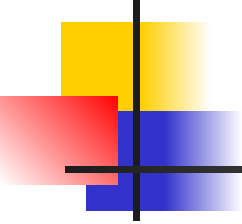


## *К специфическим задачам ФВ*

---

относятся две группы задач:

- задачи по оптимизации физического развития человека и
- образовательные задачи.



# Задачи по оптимизации физического развития человека

---

- *оптимальное развитие физических качеств, присущих человеку;*
- *укрепление и сохранение здоровья, а также закаливание организма;*
- *совершенствование телосложения и гармоничное развитие функций;*
- *многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности*



## *Оптимальное развитие физических качеств, присущих человеку*

---

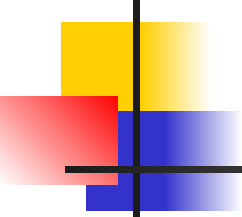
Всестороннее развитие физических качеств имеет большое значение для человека. Широкая возможность их переноса на любую двигательную деятельность позволяет использовать их во многих сферах человеческой деятельности — в разнообразных трудовых процессах, в различных и подчас необычных условиях среды.



## *Укрепление и сохранение здоровья, а также закаливание организма*

---

Здоровье населения в стране рассматривается как самая большая ценность, как отправное условие для полноценной деятельности и счастливой жизни людей. На базе крепкого здоровья и хорошего развития физиологическим систем организма может быть достигнут высокий уровень развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

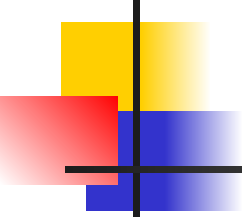


## *Совершенствование телосложения и гармоничное развитие функций*

---

Эта задача решается на базе всестороннего воспитания физических качеств и двигательных способностей. Данная задача предусматривает коррекцию недостатков телосложения, воспитание правильной осанки, пропорциональное развитие мышечной массы всех частей тела, содействие сохранению оптимального веса с помощью физических упражнений, обеспечение телесной красоты. Совершенство форм тела, в свою очередь, выражает в определенной мере совершенство функций организма человека.





## *Многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности*

---

Физическое воспитание обеспечивает  
долголетнее сохранение высокого  
уровня физических способностей,  
продлевая тем самым  
работоспособность людей.



# *Специальные образовательные задачи*

---

- *формирование различных жизненно важных двигательных умений и навыков;*
- *формирование спортивных двигательных умений и навыков;*
- *приобретение базовых знаний научно-практического характера.*



## *Формирование различных жизненно важных двигательных умений в навыков;*

---

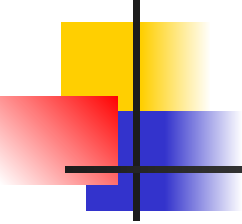
- Физические качества человека могут наиболее полно и рационально использоваться, если он обучен двигательным действиям. В результате обучения движениям формируются двигательные умения и навыки. К жизненно важным умениям и навыкам относится возможность осуществлять двигательные действия, необходимые в трудовой, оборонной, бытовой или спортивной деятельности.



## *Формирование спортивных двигательных умений в навыков*

---

- Так, непосредственное прикладное значение для жизни имеют умения ходить и навыки плавания, передвижения на лыжах, бега, прыжков и т.д. умения и навыки спортивного характера (в гимнастике, фигурном катании на коньках, технические приемы игры в футбол и т.д.) имеют косвенную прикладность. Формирование умений и навыков развивает у человека способности к овладению любыми движениями, в том числе трудовыми. Чем большим багажом двигательных умений и навыков обладает человек, тем легче осваиваются им новые формы движений.



# *Приобретение базовых знаний научно-практического характера*

---

- Передача обучаемым специальных физкультурных знаний, их систематическое пополнение и углубление также являются важными задачами ФВ. К ним относятся знания: сущности физической культуры, ее значения для личности и общества, физкультурно-гигиенического характера, закономерностей формирования двигательных умений и навыков, техники физических упражнений, ее значения и основ применения; укрепления и поддержания хорошего здоровья на многие годы.
- Повышение физкультурной грамотности людей позволяет широко внедрять физическую культуру и спорт в быт и на производстве. В деле вовлечения широких слоев населения в физкультурное движение пропаганда физкультурных знаний имеет одно из первостепенных значений.



## *К общепедагогическим относят задачи по формированию личности человека*

---

- Эти задачи выдвигаются обществом перед всей системой ФВ как особо значимые. Физическое же воспитание должно содействовать развитию нравственных качеств, поведению в духе требований общества, развитию интеллекта и психомоторной функции. Высоконравственное поведение спортсмена, воспитанного тренером и коллективом, а также выработанные в процессе занятий физическими упражнениями трудолюбие, настойчивость, смелость и другие волевые качества непосредственно переносятся в жизнь, в производственную, военную и бытовую обстановку

# *Два направления конкретизации задач*



---

- *Конкретизация осуществляется в соответствии с индивидуальными возможностями и особенностями занимающихся.*
- *Конкретизация осуществляется во временном аспекте, что означает соотнесение их со временем, необходимым и благоприятным для их решения.*