

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

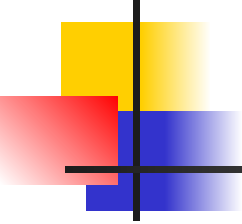
Система физического воспитания опирается на достижения многих наук. Ее теоретико-методической основой служат научные положения:

- 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.



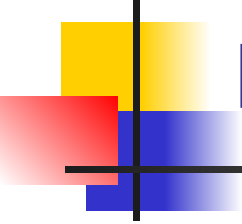
Специализированное направление

- (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).



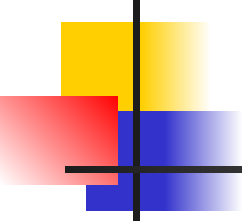
По государственной линии

- 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

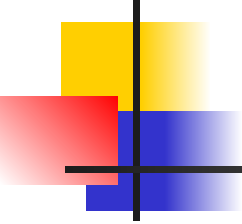
- Для того чтобы цель сделать реально достижимой в физическом воспитании, решается комплекс конкретных задач (*специфических и общепедагогических*), которые отражают многогранность процесса воспитания, этапы возрастного развития воспитываемых, уровень их подготовленности, условия достижения намеченных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



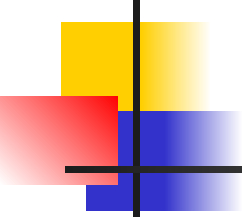
Оптимальное развитие физических качеств, присущих человеку

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.



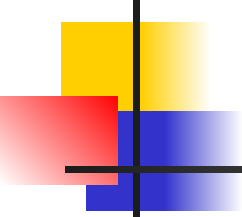
Укрепление и сохранение здоровья, а также закаливание организма

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.*



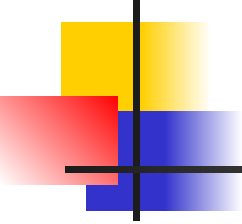
Формирование различных жизненно важных двигательных умений в навыков;

- 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.*