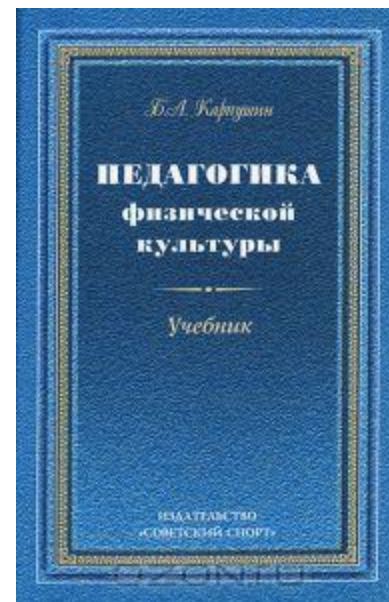
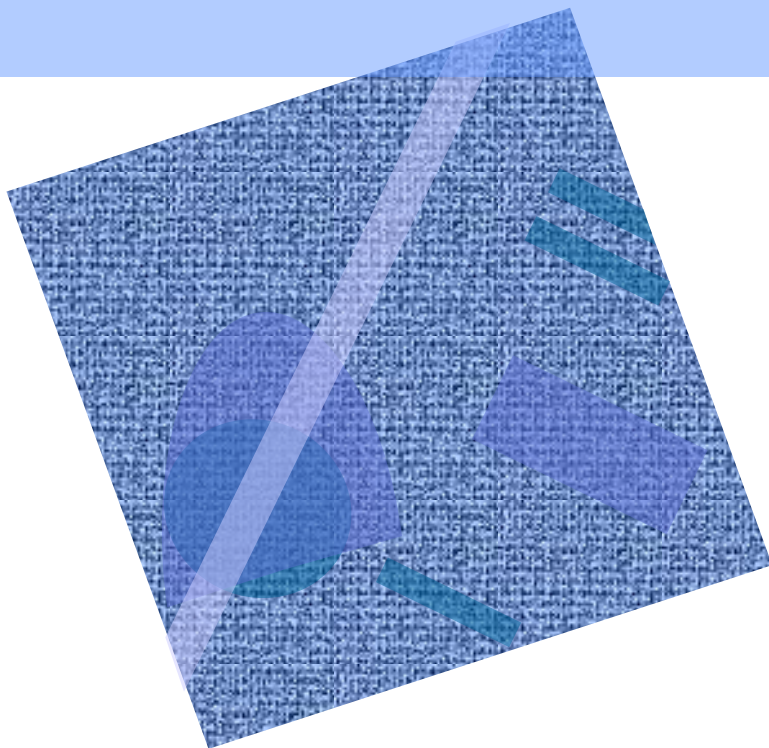


Глава 9. Введение в дидактику физической культуры и спорта



9.1. Общие положения дидактики физической культуры и спорта

Дидактика физической культуры и спорта является частной ветвью общей дидактики.

В ней изучаются содержание и закономерности обучения двигательным действиям при занятиях физическими упражнениями и спортом и доведение их исполнения до высокого уровня мастерства.

Положения общей дидактики здесь приобретают свои специфические особенности в реализации принципов и в применении методов и организационных форм обучения

Самостоятельность данной ветви дидактики, отличающей ее от других теорий обучения, обусловлена рядом ее особенностей:

1. Источником и целью обучения является двигательная деятельность. Происходит многолетняя специализация в определенных двигательных действиях с целью добиться наилучшего или наивысшего для себя результата в их исполнении.

2. Высокие физические нагрузки в ряде двигательных действий и многих видах спорта требуют, как ни в одной другой области обучения, опоры на медико-биологические науки с целью контроля за состоянием здоровья для внесения необходимых корректив в методику учебно-тренировочного процесса.

3. Одновременно, а лучше, если это осуществляется с опережением, возникает потребность в развитии у занимающихся личностных качеств: моральных, волевых и, особенно, двигательных, что постепенно вносит коррективы в исполнение действий. Поэтому совершенствование техники и тактики движений в спорте происходит непрерывно и постоянно.

4. Имеется тесная связь, или, вернее, единство обучения с воспитанием, что вытекает из содержания предыдущего пункта и обусловлено диалектичностью возможного нравственного влияния спорта на личность.

5. Важность организации процесса учения, добровольного, сознательного и активного, включающего различные сложные задачи по самовоспитанию, что является основополагающим для роста и достижения высоких спортивных результатов.

6. Возможны проблемы соматического развития в некоторых видах двигательной деятельности. Иногда необходимость гармоничности форм и функций организма вступает в противоречие с потребностью в преимущественном развитии каких-либо отдельных групп мышц и звеньев тела, необходимых для успеха только в данном конкретном виде спорта. Например, увеличение скоростной силы мышц толчковой ноги у прыгунов в высоту или желательное уменьшение массы верхней части тела у марафонцев.

Дидактика физической культуры и спорта выступает как система руководящих, методических и организационных положений по отношению к частным методикам отдельных видов физической культуры и видов спорта.

Основные понятия дидактики ФК и спорта

Основными понятиями являются: **обучение, знание, умение, навык, урок, тренировка, физические упражнения.**

Обучение имеет две стороны: преподавание - деятельность педагога по передаче знаний, умений и навыков - и деятельность занимающихся по их усвоению - учение. В этом взаимодействии ведущая роль принадлежит спортивному педагогу, который должен вызвать интерес к изучаемому материалу, доказать его важность и организовать сам процесс усвоения так, чтобы это было интересно, продуктивно и доставляло эмоциональное удовлетворение от получаемого результата.

Соблюдение этих условий особенно важно для проведения школьных уроков физкультуры, на которых имеются неодинаковый уровень подготовленности занимающихся и разное проявление интереса к отдельным разделам школьной программы по физической культуре.

При работе со спортивной группой, конечно, соблюдение этих же условий необходимо, но затрата времени и сил на это минимальна, поскольку у занимающихся уже изначально есть установка на достижение успеха в избранном виде спорта и подготовленность их примерно одинакова

Основные понятия дидактики ФК и спорта

Знание – «достоверное, истинное представление о чем-либо, в отличие от вероятностного мнения». Это факты и главным образом их обобщение в виде понятий, суждений, правил, законов, теорем и т.д. В процессе физического воспитания обучаемым необходимо передать достаточно большой объем знаний из культурного наследия, созданного в данной области.

Умение – применение знаний в действии. При выполнении двигательного действия внимание исполняющего направлено на правильность собственных движений, их точность, амплитуду, момент и направление приложения усилий.

Навык – автоматизированное действие, закрепленное в процессе многократных повторений.

Урок – основная форма организации учебно-воспитательного процесса в физическом воспитании. Характеризуется постоянным составом занимающихся и временем проведения, а также продолжительностью самого занятия.

Тренировка – составная часть подготовки спортсмена. Специализированный педагогический процесс, построенный на основе системы упражнений и направленный на воспитание и совершенствование определенных способностей, обуславливающий готовность спортсмена к достижению наивысших результатов.

Учебно-тренировочное занятие (урок) – проводится с целью совершенствования двигательных умений, навыков и развития соответствующих личностных свойств и качеств.

Упражнение – действие, выполняемое для приобретения и усовершенствования каких-либо физических качеств, умений и двигательных навыков.

9.3. Задачи обучения

При организации и проведении учебных и учебно-тренировочных занятий по ФК и спорту должны решаться следующие задачи:

- овладение специальными знаниями из области физической культуры и спорта, обеспечивающими здоровый образ жизни и личную гигиену, знание перспективной ценности изучаемых действий и требований к техническим особенностям их исполнения;
- развитие любознательности и познавательных способностей в области ФК и спорта путем проблемной постановки учебных задач и использования частично-поисковых и исследовательских методов обучения;
- овладение умениями и навыками как в избранной спортивной деятельности, так и в широком диапазоне управления движениями, и умением ориентироваться и действовать в пространстве, в том числе при необычных положениях своего тела;
- развитие личностных свойств и качеств, обеспечивающих успешность учебно-тренировочного процесса путем реализации принципа воспитывающего обучения;
- формирование положительного отношения к учебно-тренировочным занятиям, потребности в повседневных систематических занятиях физическими упражнениями и спортом и привычки к соблюдению ЗОЖ.

Реализацию этих задач осуществляют через содержание обучения, принципы, методы и организацию учебного процесса.