

Лекция 2.

Педагогика физической культуры и спорта как наука и практическая деятельность

«Педагогика физической культуры и спорта» – это наука о законах и закономерностях развития и формирования личности в процессе двигательной деятельности при организации обучения, воспитания, образования на занятиях физической культурой и спортом. Объектом изучения данного курса является процесс воспитания личности в условия занятий физической культурой и спортом.

Цель курса: ознакомить с особенностями педагогической деятельности в области физической культуры и спорта.

Задачи изучения дисциплины: сформировать элементарные навыки анализа педагогических ситуаций; способствовать

самосознанию своих возможностей в осуществлении учебно-воспитательной деятельности и перспектив профессионального самосовершенствования.

Место и роль педагогики физической культуры обусловлены тем, что *физкультурно-спортивная деятельность, основу которой составляют физические упражнения, является специально организуемой деятельностью, опирающейся на использование особых знаний и умений. Физическим упражнениям надо учиться по специальной методике. У человека необходимо воспитать сознательное отношение к оценке и развитию своей телесности, надо обеспечить процесс его специального физкультурного образования, которое может быть профессиональным, рассчитанным на подготовку специалистов физической культуры и спорта, и непрофессиональным, необходимым для всех и каждого.*

Физическое воспитание – вид воспитания, специфика которого заключается в обучении движениям (двигательным действиям) и воспитании

(управлении развитием) физических качеств человека. В прикладном отношении физическое воспитание представляет собой процесс физической подготовки человека к социально обусловленной трудовой, военной или учебной деятельности. В единстве с другими видами воспитания и при достаточных социальных условиях физическое воспитание может приобретать значение одного из основных факторов всестороннего развития личности (Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков, 1976).

Система физического воспитания отражает исторически определенный тип социальной практики физического воспитания, т.е. целесообразно упорядоченную совокупность её исходных основ и форм организации, зависящих от условий конкретной общественной формации.

Система физического воспитания характеризуется:

- идеологическими основами, выраженным в её социальных целевых установках, принципах, продиктованных потребностями общества;
- теоретико-методологическими основами научно-практических знаний о

закономерностях, правилах, средствах и методах физического воспитания;

- программно-нормативными основами, т.е. программным материалом, в котором определены цели, концепции и нормативные критерии физической подготовленности;
- системой организаций и учреждений, осуществляющих и контролирующих физическое воспитание в обществе (Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков, 1976).

Физическое воспитание как педагогический процесс можно представить в следующей схеме:

Физическое воспитание – вид воспитания, специфика которого заключается в обучении движениям и развитии физических качеств человека

Физическое образование – процесс формирования у человека двигательных умений и навыков, а также передачи специальных физкультурных знаний

Развитие физических качеств – целенаправленное воздействие на развитие физических качеств человека посредством нормированных функциональных нагрузок

Формирование жизненно важных двигательных умений и навыков

Формирование спортивных двигательных умений и навыков

Передача специальных физкультурных знаний

Координационные способности

Скоростные способности

Силовые способности

Выносливость

Гибкость

Физическое образование – педагогический процесс, направленный на усвоение системы знаний и развитие интеллектуальных способностей личности; освоение основ знаний о целях, задачах, средствах, методах, формах, видах, принципах, правилах и закономерностях занятий физической культурой и спортом. Оно включает:

- 1) формирование специальных знаний б> средствах и методах физической культуры и здорового образа жизни;
- 2) формирование навыков и умений в профессиональной деятельности;
- 3) формирование навыков и умений в спортивной деятельности.

Физическая культура является одной из составляющих культуры человека вообще.

Одно из определений понятия «культура» - **степень раскрытия потенциальных возможностей личности в различных областях ее деятельности.** Индивидуальный уровень общей культуры человека можно охарактеризовать его поведением, поступками и действиями на текущий «момент времени. Насколько раскрыты созидательные возможности человека, мы судим по его духовным ценностям, действиям в социальной среде как носителя существующих и создателя новых культурных ценностей для самосовершенствования и развития культуры будущих поколений. Логично, что в течение жизни уровень культуры личности должен постоянно повышаться, так как человек приобретает новые знания, жизненный опыт, приобщается к общечеловеческим

духовным ценностям. Все это и происходит в процессе жизнедеятельности человека. I

Подобным образом, т.е. процессом воздействия на человека, можно повыситься уровень его физической культуры.

Такой процесс в сфере физической культуры имеет два направления: **физкультурное образование** и **физическое воспитание**.

Целью **физкультурного образования** является усвоение теоретических основ дисциплины, формирование устойчивой мотивации к здоровому и продуктивному стилю жизни, а также потребности в физическом самосовершенствовании.

Цель **физического воспитания** — сосредоточить все внутренние ресурсы организма на достижении поставленной цели. Значит, в его основе должна быть положена целесообразная двигательная деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, оптимизировать состояние здоровья, повышать работоспособность. Сделать это можно только с помощью физического воспитания — педагогического процесса, направленного на эффективное решение этих задач.

Оба направления очень важны для формирования физической культуры человека, и отсутствие какого-либо из них негативно влияет на гармоничное развитие личности. Как бы хорошо ни был физкультурно образован человек, как бы «много» он не знал о пользе физических упражнений для организма, «как» бы эмоционально он ни переживал, наблюдая спортивные состязания как зритель, если его жизнь никак не связана с целенаправленной двигательной деятельностью для поддержания и укрепления собственного здоровья, мы не можем характеризовать его как человека физической культуры.

С другой стороны, достаточно традиционный путь освоения ценностей физической культуры с явным приоритетом телесного совершенствования и выполнения определенных зачетных нормативов — это лишь базис для достижения конечной цели. Эффективное воспитание физических качеств и двигательных способностей не может быть обособленным и независимым процессом. Оно непременно должно быть связано с другими сторонами воспитания человека — познавательной, нравственной, эстетической, трудовой.

Физическая культура личности - это социально-

детерминированная область общей культуры человека, представляющая собой качественное, системное, динамичное состояние, характеризующееся определенным уровнем специальной образованности, физического совершенства, мотивационно-ценостных ориентаций и социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и интегрированных в физкультурно-спортивной деятельности, культуре образа жизни, духовности и психофизическом здоровье.

Физическая культура личности (без учета взаимосвязей и пересечения компонентов)

п/п	Основные составляющие	Компоненты качеств	Признаки качеств
1	Знания и интеллектуальные способности	Объем	Эрудиция
		Научность	Степень абстракции Обоснованность
		Осознанность	Степень осознанности Способность к переносу

			Способность к объяснению
		Умения	Уровень усвоения
2	Физическое совершенство	Физическое развитие	Морфологические признаки Функциональные признаки Психомоторика физические качества
		Двигательные умения	Репродуктивный уровень усвоения Контроль сознания
		Двигательные навыки	Продуктивный уровень усвоения Точность Автоматизация Надежность
		физическая подготовленность	Эталон Результат Динамика
3	Мотивационно-ценностные ориентации	Мотивы	Социально значимые Профессионально значимые Личностно значимые
		Интересы	Спортивные Физкультурно-оздоровительные

			е
	Установки		Уровень достижения цели Сила воли Целеустремленность
	Убеждения		Степень осознанности
	Потребности		Самоактуализация Самоуважения В социальных связях Безопасности Физиологические
4	Социальноп-духовные ценности	Нравственность	Физкультурно-спортивная этика и культура
		Эстетика	Чувство прекрасного Чувство красоты
		Отношение к труду	Трудолюбие
		Мировоззрение	Степень научности знаний и убеждений
		Здоровый образ жизни	Отказ от вредных привычек

			Системность Научная основа
5	Физкультурно -спортивная деятельность	Спортивная Оздоровительная Прикладная Образовательная Пропагандистская Организаторская Судейская Инструкторская Самосовершенство- вание	Частота использования Затраты времени Уровень достижения Динамика

Начальным этапом становления физической культуры личности является формирование ценностно-смыслового отношения человека к своей физической форме. Сюда входит знание студентом своего физического развития и здоровья, умение оценивать свои физические способности, а также положительный настрой на физкультурно-оздоровительную деятельность.

Следующий этап — преобразовательный. Это собственно **познавательная и физкультурно-спортив- ная деятельность.**

Цель педагога по физической культуре — поэтапно, в процессе освоения предмета оказать помощь студентам в своем самопознании и самоопределении в физкультурно-оздоровительной деятельности. Студент

должен иметь возможность оценить свое физическое развитие, сравнить его со сверстниками и контролировать свою деятельность в сфере физической культуры в соответствии с требованиями в учебной программы дисциплины.

Личный образовательный уровень и позитивный опыт преобразования физического потенциала молодых людей создаст фундамент для перехода на последний — **творческий** — этап самореализации студентов и выпускников вузов в сфере физической культуры.

За время обучения в высшем учебном заведении студент должен пройти через все этапы становления физической культуры личности.

Каким должен быть человек, имеющий достаточно высокий уровень физической культуры? Это, прежде всего, человек свободный, способный к самоопределению в сфере физической культуры. Он может самостоятельно выбирать пути реализации социальной программы физической культуры, движение по которым должно воплощаться в специальных физкультурных знаниях и убеждениях, физических качествах, способностях, а также в выработавшихся на их основе навыках, привычках и

потребностях. Лишь в этом случае (личность воспринимает образование в сфере физической культуры как составляющую собственного стиля жизни, как фактор самообразования и самосовершенствованияTM подчиняет образование целям личностного роста. Этому способствуют широкие возможности свободного выбора физкультурной деятельности для студентов.

Стремление к самопознанию психофизических возможностей, пониманию красоты человеческого тела и спортивных движений, а также к пониманию автономии своего внутреннего мира ведет формированию творческой индивидуальности человека высокого уровня физической культуры.

Как правило, результатом подобных усилий становится сформированная потребность в саморазвитии, достаточно большой объем усвоенных знаний, двигательных умений и навыков, развитое аналитическое и интуитивное мышление, способность и стремление к жизнетворчеству.

Молодые люди должны знать, что причины многих человеческих ошибок и трагедий состоят в неумении покорять собственную природу. Сфера физической культуры объединяет биологическое и социальное

начала в человеке, помогает личности стать сильнее.
Сильная личность — синтез ума, физического здоровья
и воли.

