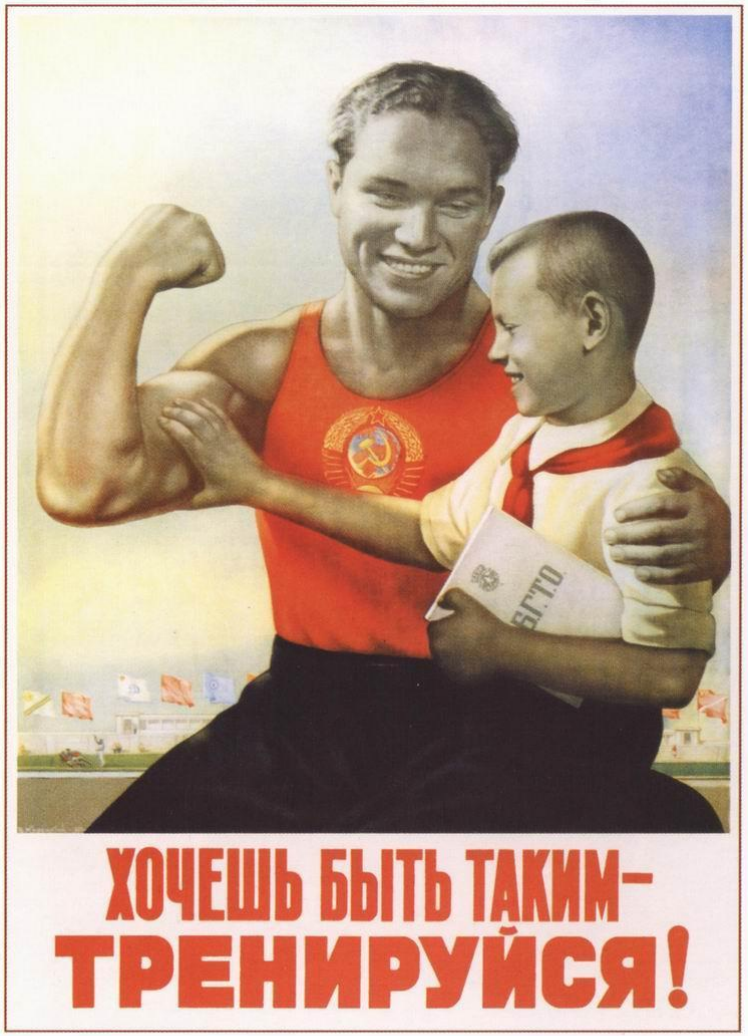
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ОБЩЕКУЛЬТУРНОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

ЕГОРЫЧЕВА Элина Викторовна

ПЛАН

1. Нормативно-правовые основы дисциплины «Физическая культура и спорт» в образовательных учреждениях РФ
2. «Физическая культура и спорт» в системе профессионального образования
3. Основные научные понятия физической культуры в связи с историческим развитием
4. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры
5. Структура физической культуры

«Физическая культура и спорт» краткое название: ФКиС



510. Корецкий В.
Хочешь быть таким — тренируйся! 1951

Ключевые слова

1. Дисциплина «Физическая культура и спорт (ФКиС)»
2. Основное средство ФКиС
3. Дополнительные средства ФКиС
4. Физические упражнения
5. Физическая подготовка
6. Физическое развитие
7. Физическое воспитание
8. Физкультурное образование
9. Физическая культура
0. Спорт
1. Физическая рекреация
2. Физическая реабилитация
3. Ценности физической культуры
4. Физическая культура личности

504. Голованов Л.
Молодежь — на стадионы! 1947

Физическая культура
– «сквозная» дисциплина,
пронизывающая все ступени образования

Ступени образования в РФ

- 1. **Дошкольное** (ясли, детсады)
- 2. **Школьное образование**
- А) начальное
- Б) среднее основное
- В) полное среднее образование
- 3. **Профессиональное** образование
- А) начальное (ПТУ)
- Б) среднее (ССУЗы)
- В) высшее

Нормативно-правовые основы ФКиС

1. ФЗ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273
2. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования (ФГОС ВО 3++)
3. Примерная программа по ФК для студентов высших учебных заведений
4. Инструкция по организации и содержанию работ кафедр физического воспитания и спорта высших учебных заведений (1994)
5. ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007 № 329
6. Стратегия развития ФКиС в РФ до 2020г. (2009)
7. Поручение Президента РФ Правительству РФ разработать и утвердить Стратегию развития ФКиС в стране до 2030 года.

Статья 3 пункта 1 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

гарантирует обеспечение права каждого гражданина на свободный доступ к физической культуре и спорту **как необходимому условию развития физических, интеллектуальных и нравственных способностей личности**

ФКиС в системе профессионального образования

Системные принципы

Всестороннего и гармоничного развития личности заключается в сочетании различных видов воспитания: умственного, трудового, эстетического, физического и т.д. в процессе образования.

Принцип прикладности, который реализуется в связи ФВ с практикой жизни и подготовке человека к выполнению социальных функций (труду, военной деятельности и т.д.).

Принцип оздоровительной направленности заключается в широком использовании средств ФКиС для оздоровления человека. Сюда относится и обеспечение минимального объема двигательной активности и использование дополнительных средств оздоровления (солнце, воздух и вода).

Дисциплины **физической культуры и спорта** отвечают за формирование **универсальной компетенции** – способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Функции ФКиС в образовательных учреждениях

Основные:

1. Оздоровительная;
2. Образовательная;
3. Воспитательная;
4. Прикладная

Дополнительные:

1. Эталонная;
2. Экономическая;
3. Оборонная;
4. Коммуникативная;
5. Интернациональная и др.

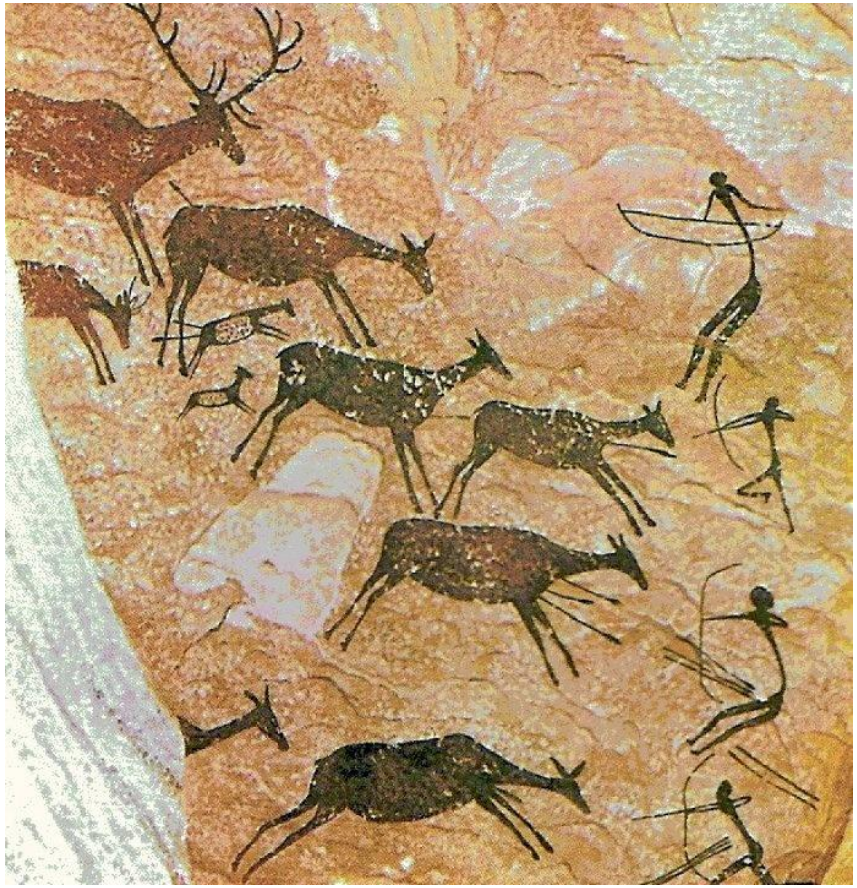
517. Терещенко Н.
Нет на свете прекрасней одежи... 1955

Организация физического воспитания в вузе

Аудиторные занятия	Самостоятельные занятия
Распределение по учебным отделениям	Медицинское обследование для получения справки с рекомендациями врача для занятий физической культурой и спортом
Освобождение от занятий физической культурой может носить только временный характер	
Инструктаж по технике безопасности с заполнением контрольного листа	Самостоятельное изучение техники безопасности при занятиях избранным видом спорта или двигательной активности
Педагогический контроль и самоконтроль на занятиях	Самоконтроль на занятиях

Первобытное общество

Физические упражнения – это элементарные двигательные действия и составленные из них комплексы систематизированные в целях физического развития



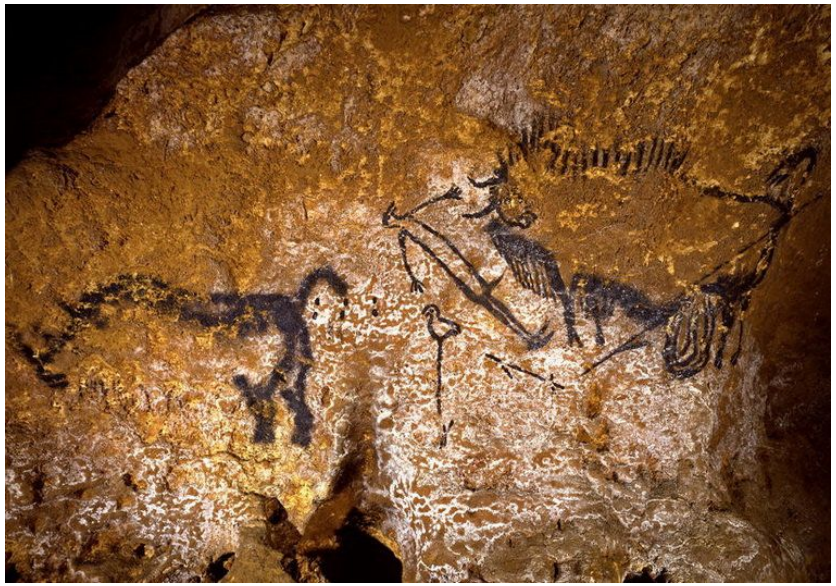
Физические упражнения – **основное средство** ФК

Дополнительные средства ФК:

- Гигиенические факторы
- Естественные силы природы

(запоминаем слоганом: «Солнце, воздух и вода!»)

Физическая подготовка



процесс, деятельность, направленная на развитие физический качеств, двигательных умений и навыков, необходимых для жизни и профессиональной деятельности

Античность

Физическое развитие —

это процесс изменения форм и функций организма

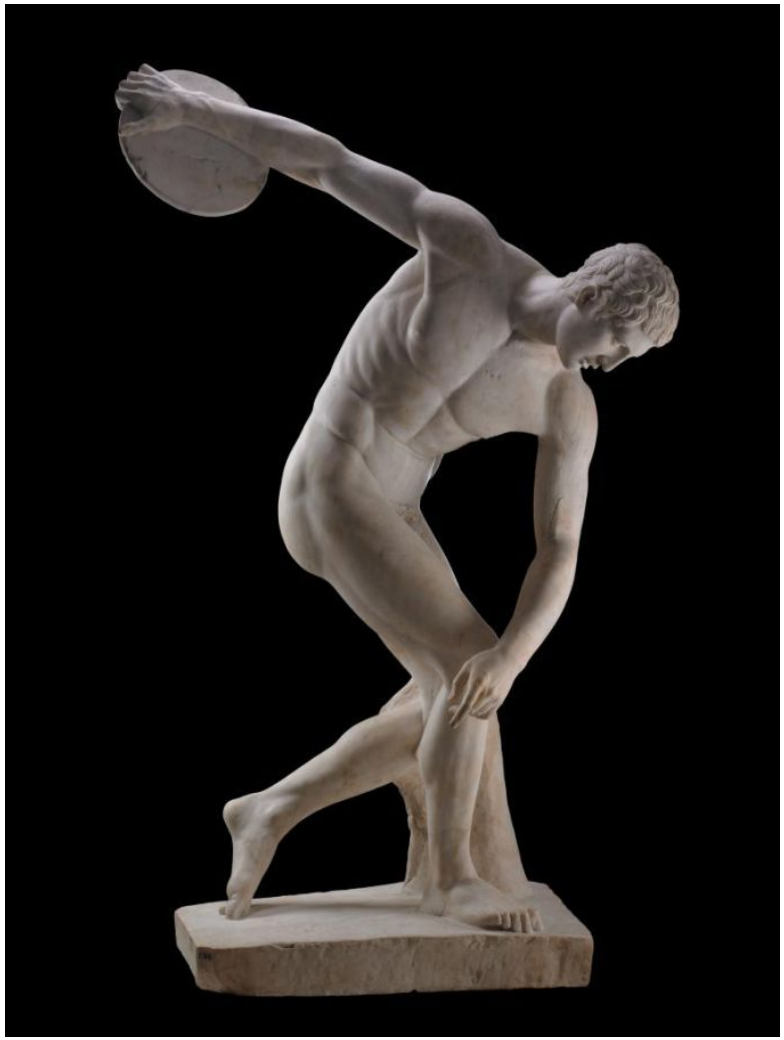
либо под воздействием естественных условий (питание, труд, быт),

либо под воздействием целенаправленного использования специальных физических упражнений.

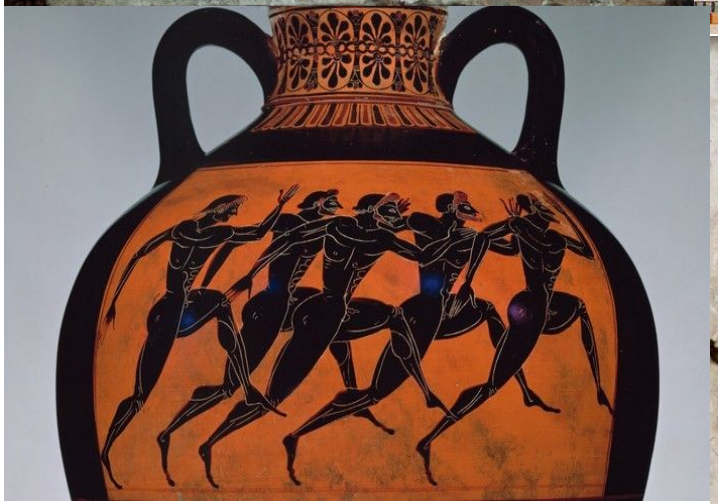
Физическое воспитание

Воспитание – это формирование сознания и поведения человека

– это процесс, направленный на формирование физических качеств, двигательных умений и навыков, а также свойств и качеств личности



Зарождение систем физического воспитания



Зарождение физического воспитания в Древней Греции

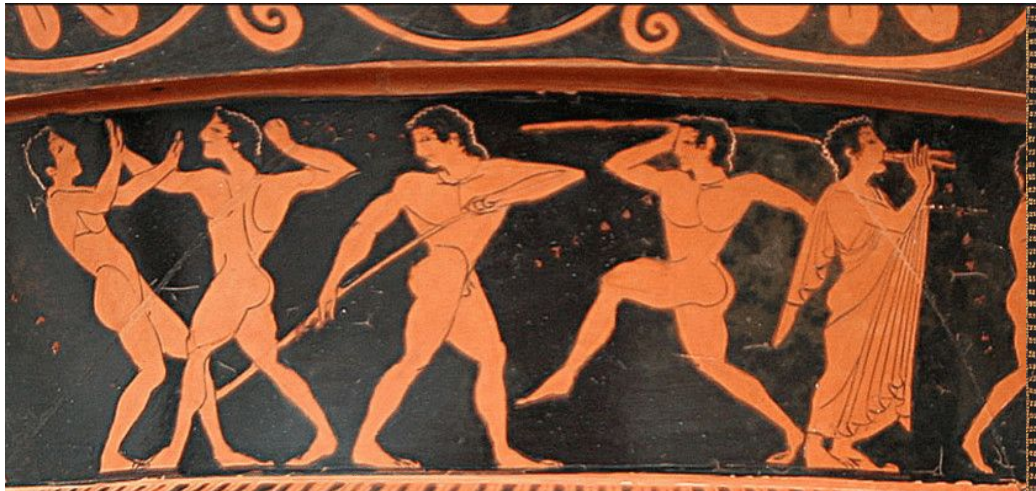
Спартанское воспитание

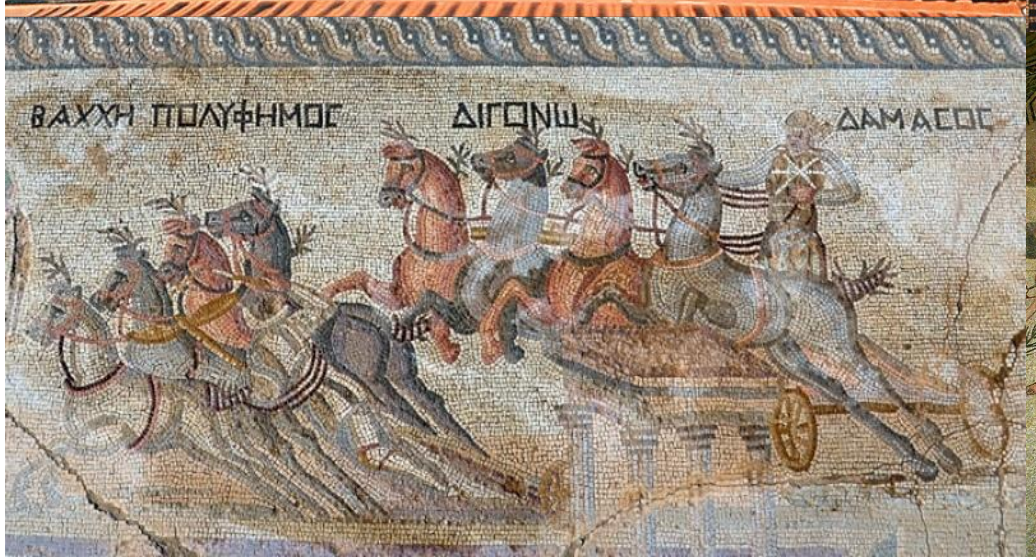
- Воспитание с 7 лет (изоляция из семьи)
- С 7 до 14 лет – чтение, письмо, счет, физическое воспитание и закалка
- С 15 до 20 лет – пение, танцы воинственного характера, участие в военных походах, нравственно-политическое воспитание
- Идеал воспитания - физически развитый, сильный духом, разбирающийся в военном деле человек
- Обучались и юноши, и девушки

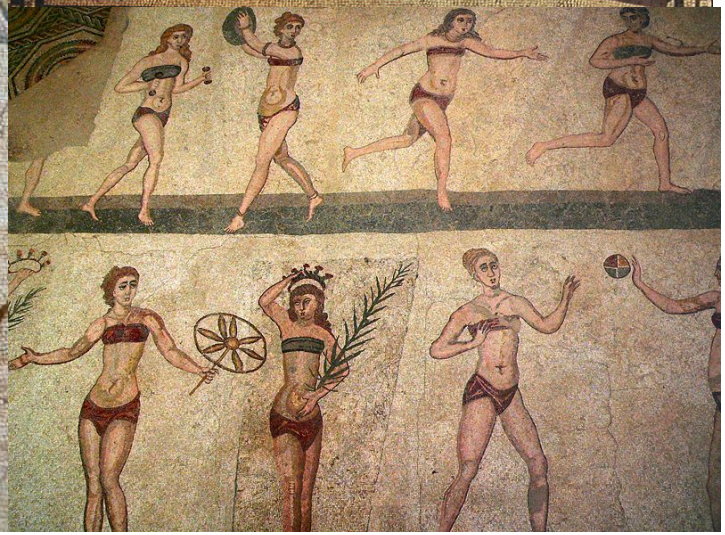
Афинское воспитание

- Воспитание с 7 лет
- С 7 до 12 лет – мусические школы: чтение, письмо, счет, пение, музыка, декламация стихов
- С 12 до 16 лет – палестры: физические упражнения пятиборья (бег, борьба, прыжки, метания копья и диска, гимнастические упражнения, плавание), политическое и нравственное воспитание
- С 16 до 20 лет – гимнасии: физические упражнения пятиборья, кулачный бой, верховая езда, плавание, гребля, стрельба из лука, фехтование и владение другими видами оружия, философия, полемика, литература, сочинительство
- Идеал воспитания – гармонически развитый человек: овладение 7 свободными искусствами (грамматика, диалектика, искусство спорта, арифметика, геометрия, астрономия, музыка)
- Обучались юноши, девушкам – только

Античные спортивные соревнования





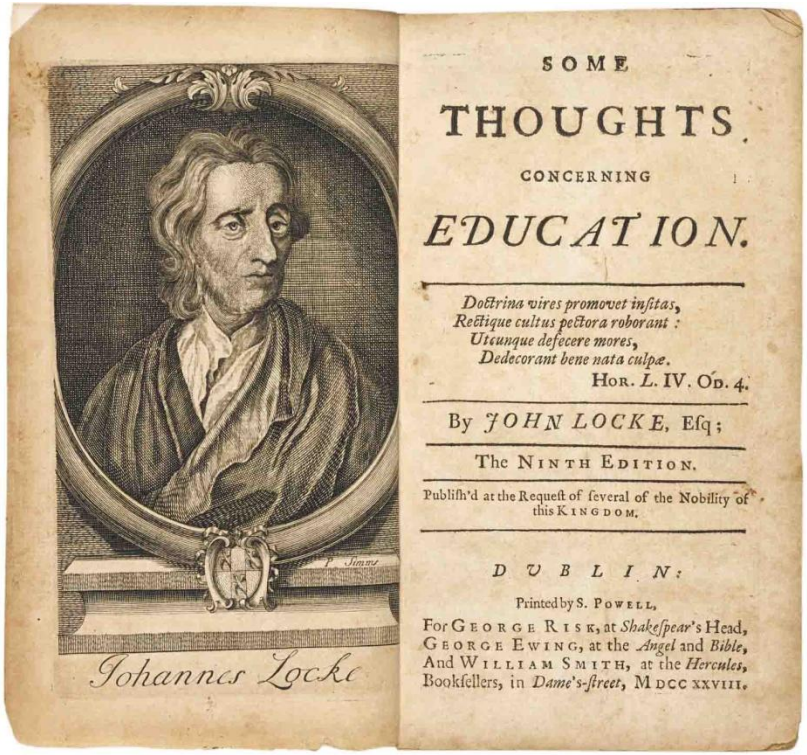


Физическое воспитание в период феодализма

- Кастовый характер физического воспитания, ограничение в движениях женщин и детей
- До 7 лет – воспитание детей феодалов в семье
- С 7 до 14 лет – мальчики воспитывались при дворе сеньора – пажи
- С 14 до 21 года – мальчики воспитывались сюзереном – оруженосцы
- Идеал воспитания – физически сильный воин-рыцарь, владеющий 7 добродетелями: верховой ездой, фехтованием, владением копьём, плаванием, соколиной охотой, сложением стихов в честь дамы сердца, игрой в шахматы, а также придворным этикетом

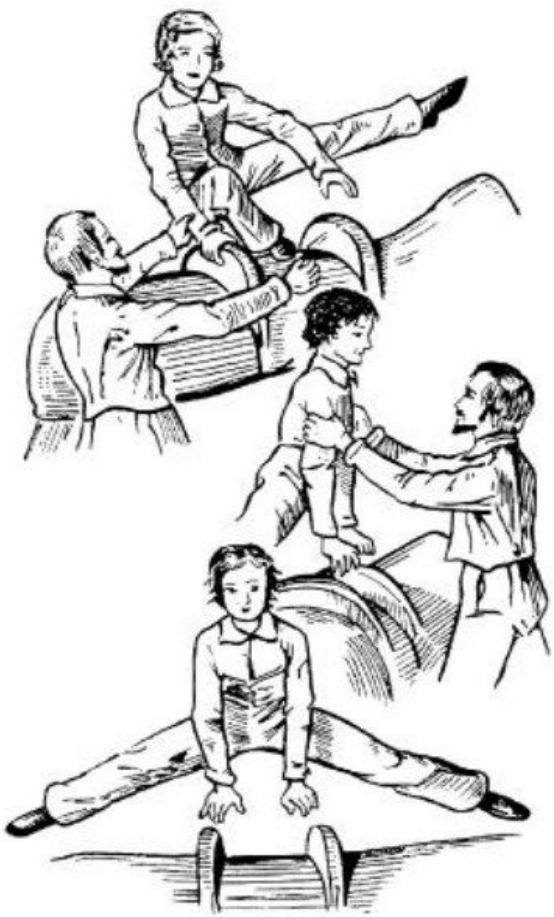
Физическое воспитание в новое время

- Сохраняется кастовый характер
- Новые взгляды на физическую культуру через призму воспитания джентельмена были сформулированы известным английским просветителем, философом *Джоном Локком* (1632–1704)
- Составляющие воспитания джентельмена по Дж. Локку: активное физическое воспитание (физические упражнения, закаливание, режим дня), воспитание дисциплинированности, характера и воли, духовное воспитание (добродетель, мудрость, благовоспитанность, познание)
- Отрицание школьного воспитания
- Строгая дисциплина
- Воспитание на примере
- Труд



Физкультурное образование – переход в новейшее время

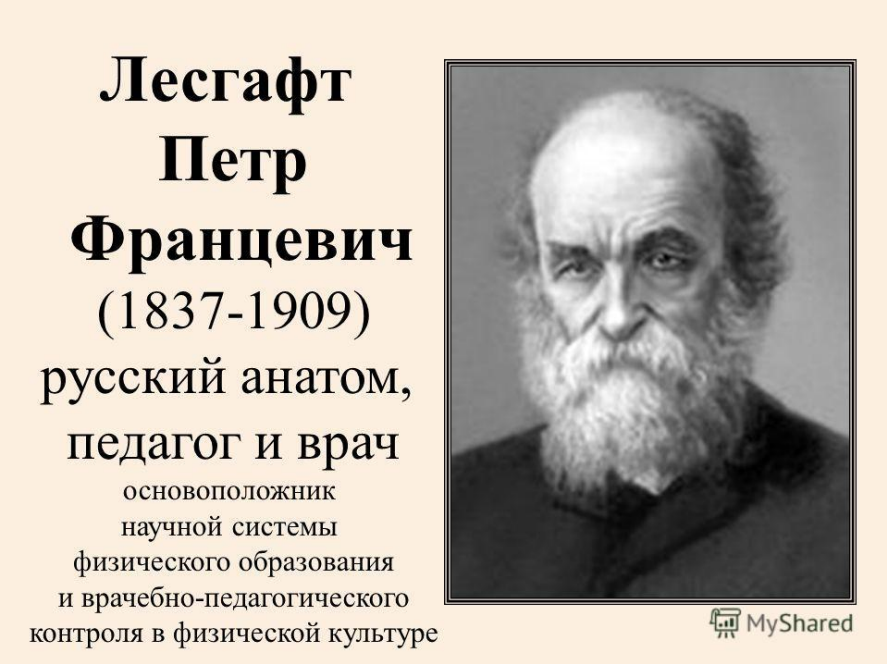
- Зарождение физкультурного образования соотносится с 19 веком
- Толчком послужили национально-освободительные движения и переход к массовой армии, поэтому подготовку резервов для армии переносят на период обучения в школе.
- В то время, как Англия и США делали упор на спорт и игры, европейские государства (Швеция, Германия, Франция, Чехия) больше склонялись к гимнастике. Желание подготовить своих солдат лучше других, а также стремление к объединению граждан посредством воспитательных работ в итоге привели к созданию национальной гимнастической системы в каждой стране. На тот момент в понятии не было особых разделений, туда же относились прыжки, борьба, лыжи, бег и прочие родственные виды занятий.



Упражнения на коне.
Иллюстрация к книге Э. Айзелена «Гимнастические упражнения» (1845 г.)

Физкультурное образование – исторически сложившаяся система передачи знаний, умений и навыков в области физической культуры

В нашей стране одним из основоположников физического воспитания детей является П.Ф. Лесгафт. Он приложил много усилий по включению физической культуры в программу школьного образования. В рамках курса физической культуры студенты непрофильных вузов получают – **непрофильное (базовое) физкультурное образование.** Под которым понимают знания, умения и навыки, приобретаемые студентами в семье, быту и учреждениях образования [5]



Физическая культура в образовательных учреждениях России

- в Российской Империи – 1889 год введение гимнастики во всех гимназиях и школах
- в СССР – 1923 год всеобщее обязательное преподавание физкультуры в школах
- 1929 год физическая культура – обязательная дисциплина в высших учебных заведениях
- 1931 год – введение комплекса норм «Готов к

498. Немухин А.
Всесоюзная спартакиада студенчества... 1935

Физическая культура

– **часть культуры личности и общества**,

направленная на овладение

системой ценностей по изменению природы человека,

система знаний, а также те

объекты, которые созданы людьми для удовлетворения потребности в двигательной деятельности

514. Кокорекин А.
К новым победам в труде и спорте! 1955

ФК как часть общечеловеческой культуры

В словосочетании физическая культура присутствует понятие «культура». Традиционно принято считать, что это понятие включает все то, что противопоставляется слову «природа».

Социологи, при рассмотрении понятия культура, определяют его через понятие «ценности». Социальные явления, которые социальный субъект (индивид, социальная группа или общество в целом) оценивает позитивно, рассматривает как значимые, полезные, привлекательные, а потому поддерживает, сохраняет, передает из поколения в поколение, выступают для него как **ценности** [Столяров В.И., 2005].

Структура физической культуры

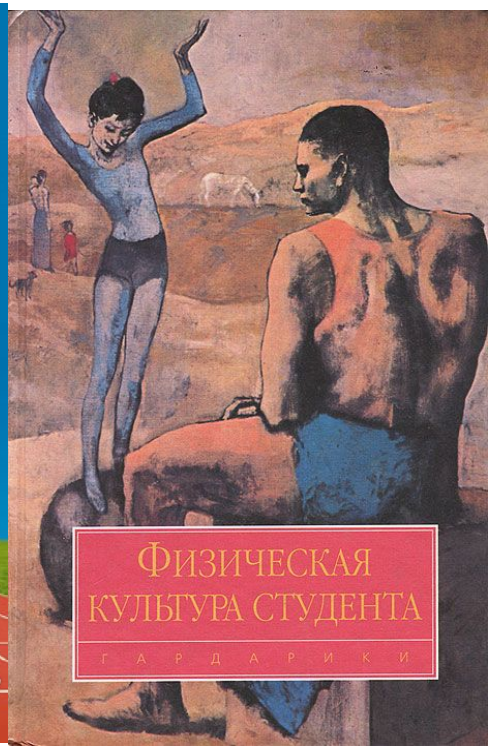
Исторически сложившаяся структура ФК
(по Курамшину Ю.Ф., 2007)

- Неспециальное физкультурное образование
- Физическая рекреация
- Спорт
- Двигательная реабилитация

Неспециальное физкультурное образование

знания, умения и навыки из области физической культуры, приобретаемые студентами в семье, быту и учреждениях образования*

*в которых не занимаются подготовкой специалистов в области физической культуры и спорта



Спорт

собственно соревновательная деятельность, а также подготовка к ней

Зародился в эпоху Древнего мира

Термин появился в начале 19 века

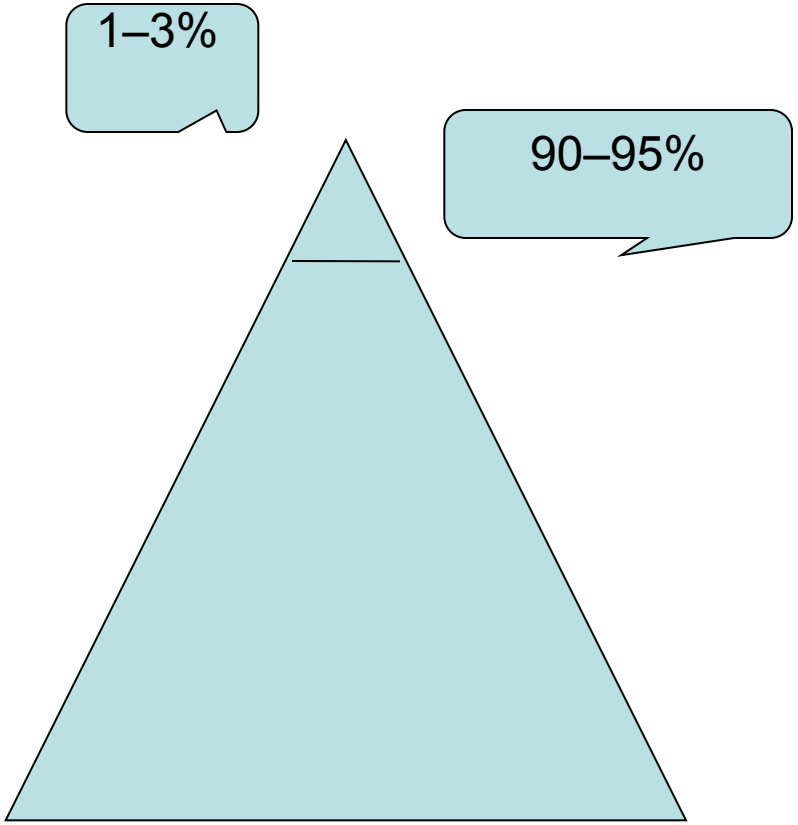
Признаки современного спорта

- Соперничество между людьми;
- Наличие правил;
- Наличие судьи;
- Гуманистическая ориентация (нельзя наносить ущерб человеческому достоинству и здоровью)

Структура спорта

- Спорт высших достижений (профессиональный спорт);
- Спорт массовый (спорт для всех): школьный, университетский, после работы.

В развитых странах спортом для всех занимается до 60% населения. У нас в стране 32% (обучающихся). Цель к 2030 году увеличить количество занимающихся до 60-80% среди студентов.



Физическая рекреация

– это использование физических упражнений,

а также видов спорта в упрощённых формах

для **активного отдыха** людей,

для получения **удовольствия** от двигательной деятельности.

Двигательная реабилитация

– это целенаправленный процесс использования физических упражнений

для восстановления или компенсации

частично или временно утраченных двигательных способностей,

лечения травм и их последствий.

Физическая культура личности и уровни её сформированности

– определяется потребностями, отношением и уровнем знаний в области физической культуры, физическим развитием, физической подготовленностью и двигательной активности

Уровни:

- Не сформирован (ситуативный);
- Начальной грамотности
- Физкультурной образованности
- Физического совершенства (творческий)

Рекомендуемая литература

1. Физическая культура: Учебник / под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012.- 424 с.
2. Физическая культура: курс лекций. Ч.1. / В.Г. Щербаков, А. В. Бодакин. – М.: МГУП, 2010. – 124 с.
3. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. – М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. – 336 с.
4. Физическая культура и здоровый образ жизни студентов: Учебное пособие / Виленский М.Я., А.Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.
5. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.
6. Физическая культура студента: Учебник / под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 1999. – 448 с.