

Основы педагогики физической культуры и спорта.

# ФИЛОСОФСКИЕ И КОНКРЕТНО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТЕОРИИ СПОРТА

Организационно-управленческие аспекты теории спорта  
*(теория организации и управления спортивным движением)*

Актология (антропомоторика) спорта и теория спортивного отбора

*Теория спортивной техники*  
*Теория спортивной тактики*

*Теория спортивной работоспособности*  
*Теория спортивного отбора*

Методологические аспекты теории спорта *(спортивная метрология)*

Биологические аспекты теории спорта

*Спортивная антропология*  
*Морфология спорта*

*Биофизика спорта (включ. биомеханику)*  
*Биохимия спорта*  
*Физиология спорта*

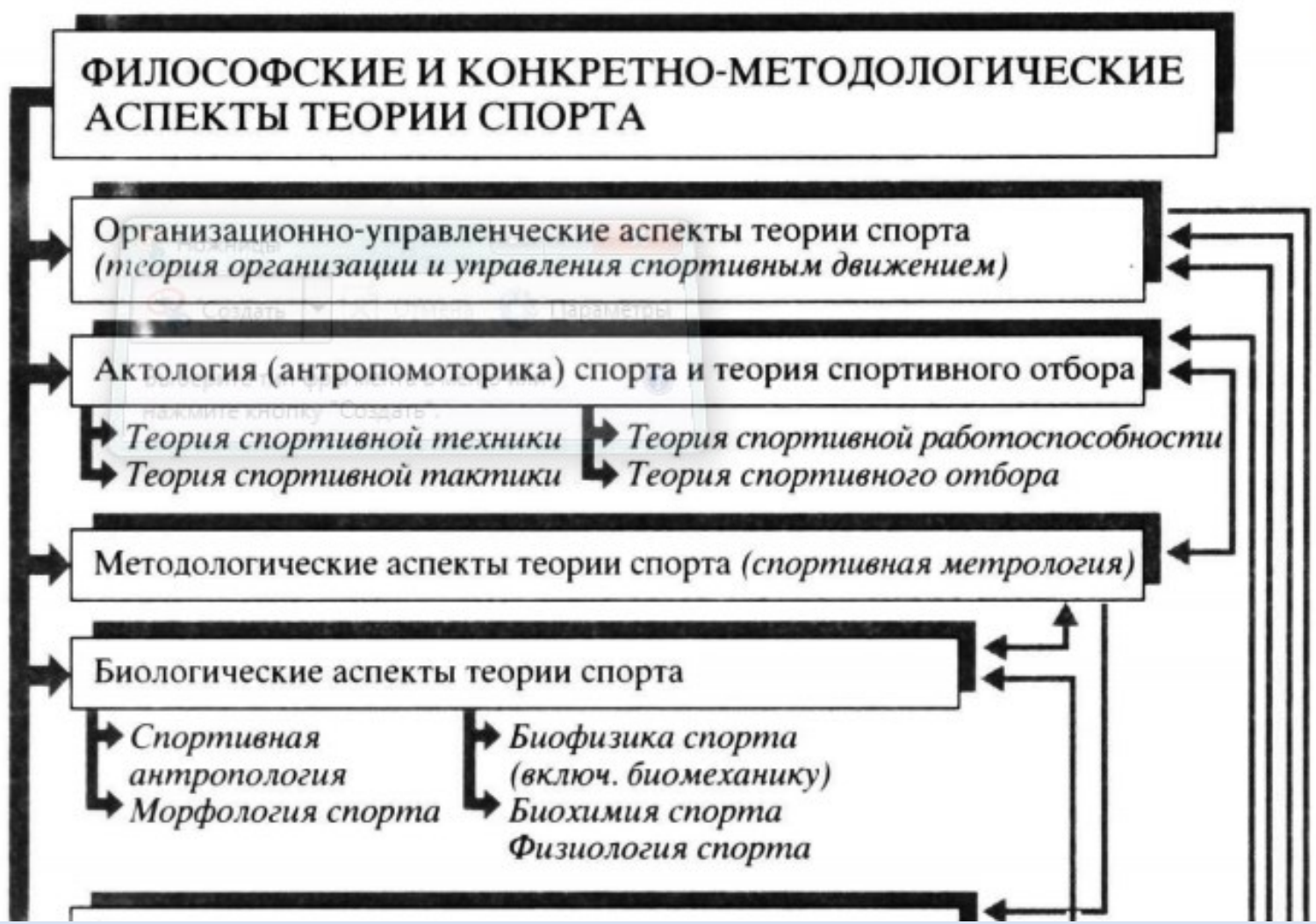





Рис. 3. Структурно-логическая схема общей теории спорта по профессору Л. П. Матвееву (1972)



# Стратегическая цель педагогики спорта как науки


- Вооружить тренеров теоретическими знаниями и научить управлять процессами формирования личности через спортивную деятельность .



# А. С. Макаренко

- главное внимание надо направить на создание «синтетической» педагогики для овладения целым, неразложимым человеком;
- идея новых типах учебно-воспитательных учреждений, где могут быть предоставлены все возможности для осуществления замысла педагога-ученого





подготовка через  
спорт к жизни и  
последующему  
профессиональному  
труду



воспитание для  
достижения успехов в  
спорте



Двуединая  
направленность  
целей учебно-  
воспитательного  
процесса

# Содержание и направленность занятий

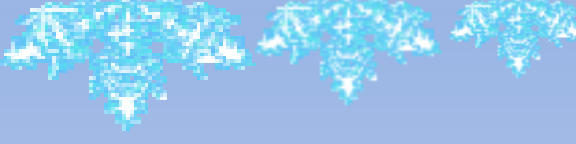


# Основы и источники педагогики физич. культуры и спорта

находятся на стыке четырех групп  
общественных и естественных наук:

- 1) общественные дисциплины (история, философия, логика, социология, этика, праксеология);
- 2) психолого-педагогические дисциплины (психология, педагогика, акмеология);
- 3) медико-биологические дисциплины (анатомия, физиология, биология, генетика);
- 4) теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры.





теория  
игры

**проблемы  
возникновения  
физической  
культуры**

теория  
излишней  
биологической  
энергии

материалистическая,  
марксистско-  
ленинская  
теория

теория  
магии



# Теория игры

конец XIX – начало XX в.

немецкий философ  
**Шиллер**

человек развивался физически и умственно благодаря труду, а трудовой процесс возник из игры

сторонники его теории - философы Бюхер и Гросс (Германия), Спенсер (Англия), Летурно (Франция)

**“игра старше труда”, а “труд есть дитя игры”**



# Теория магии

английский ученый


**Рейнак**

Сторонники –  
К. Дим и В. Кербе  
(ФРГ),  
Б.Жиллет  
(Франция)

“физические упражнения и игры имеют культовое  
и животноеобразное происхождение”.

# Теория излишней биологической энергии





# Материалистическая, марксистско-ленинская теория

Г.В. Плеханов, Н.И. Пономарев

в основе возникновения физической культуры лежат  
**два фактора**

## **объективный**

в процессе трудовой деятельности (охота, рыболовство, собирательство) человек постоянно вынужден был развивать свои навыки; упражняясь, он совершенствовал свои физические качества (ловкость, выносливость, быстроту, силу)

## **субъективный**

собственно сознание человека, который придумывал упражнения для подготовки к трудовой деятельности, устанавливал связь между предварительной подготовкой и результатами охоты, а также организовывал передачу опыта полученных навыков, т.е. воспитывал

# Из истории физического воспитания

## Греческое воспитание

```
graph TD; A[Греческое воспитание] --> B[физические занятия для тела]; A --> C[музыка для разума и духа];
```

физические занятия для тела

Гимнастика касалась телесного воспитания, а гимназиум был школой, и не один греческий город имел по одной и нескольку таких школ. Они располагались в окрестностях городов или в самых красивых и здоровых их частях, занимая до десяти и более акров территории.

музыка для разума и духа

Музыка относилась к культуре ума и охватывала все виды свободного творчества и науки, все пять муз, такие, как история, поэзия, красноречие, философия, математика и искусство, включавшее архитектуру, ваяние и живопись.

# Греческое воспитание

гимназиум - школа



надзирал

- над самой школой
- ее учениками, учителями, самими лекциями

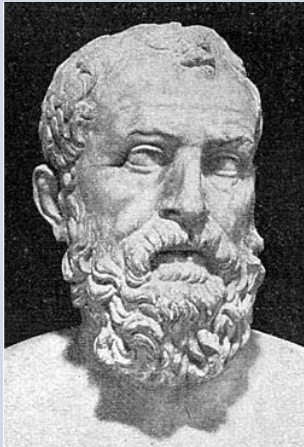
наблюдал

- за соблюдением законов и правил и увольнял любого педагога, которого считал недостойным занимать это высокое положение



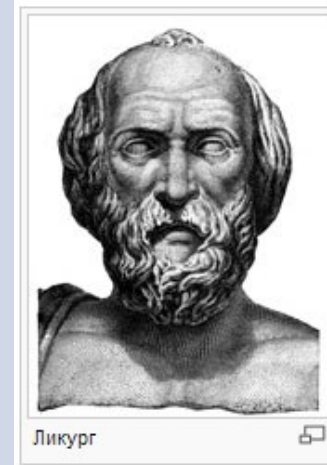
# Греческие государства одобряли и поддерживали занятия спортом

Солон



ввел в свой кодекс специальную серию законов в защиту спортивных занятий

Ликург



предоставил бесплатные спортивные школы для серьезной тренировки лиц обоего пола

# Искусство физических упражнений вновь стало возрождаться во времена Рыцарства

принцы, аристократы, поэты, художники  
**увлекались**

- фехтованием,
- борьбой,
- боксом,
- танцами,
- верховой ездой.



Некоторые просветители пытались включить теоретические основы физической культуры в общую программу образования.

известный ученый

**Дж. Скалиджер**

**1651 год**



опубликовал в Лионе книгу  
**«Искусство физических  
упражнений»**

Общественный деятель	Год издания произведения	Название произведения
Леонард Фуч (из Тюбингена)	1655	«Движение и отдых»
Амбруаз Парэ	1665	«Искусство сохранения здоровья»



Монтень,

утверждая потребность физического воспитания, писал:

***«Мы тренируем не тело и не разум, а человека, и мы не должны делить его на части»***

Томас Фуллер

отстаивал необходимость возвращения к древнегреческим методам воспитания



# Англия

Николас Бекон	«Физическое воспитание» (1540)
лорд Бекон (сын Николоса Бекона)	«Прогресс обучения»
Мильтон (поэт Реформации)	указывал на необходимость физического воспитания, призывая возродить методы Афин и Спарты с некоторыми их улучшениями
Джон Локк, Гораций Манн, Герберт Спенсер	взывали к физическому воспитанию народа.

# Германия

конец  
XVIII  
века

система,  
нацеленная  
на физическое  
совершенствование  
всего тела

Линг

физические  
упражнения в виде  
юношеской игры

Гутц-  
Мутх

«отец  
гимнастики»

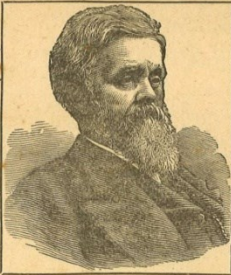
система физического  
совершенства всего  
тела

Джан

полагал, что слабые  
недостойны  
внимания

# Доктор Дио Льюис

**THE LATE DR. DIO LEWIS.**



"My own life is given to the prevention of disease."

"I gratefully recognize the precious value of relief in the form of a medicine."

**What this Celebrated Physician and Author Said.**

Office of "Dio Lewis's Monthly," Nos. 68 and 69 Bible House,  
NEW YORK, June 5th, 1883.

H. H. WARNER & CO.:  
Gentlemen: The very marked testimonials from College Professors, respectable Physicians, and other gentlemen of intelligence and character to the value of Warner's Safe Cure, published in the editorial columns of our best newspapers, have greatly surprised me. Many of these gentlemen I know, and reading their testimony I was impelled to purchase some bottles of the Safe Remedy and analyze them. Besides, I took some, swallowing three times the prescribed quantity. I am satisfied the medicine is not injurious, and will frankly add that if I found myself the victim of a serious kidney trouble I should use your preparations. The truth is, the medical profession stands dazed and helpless in the presence of more than one kidney malady, while the testimony of hundreds of intelligent and very reputable gentlemen hardly leaves room to doubt that you have fallen upon one of those happy discoveries which occasionally bring help to suffering humanity.

I shall watch your progress with peculiar interest. And while my own life is given to the prevention of disease, while years ago I gave up the use of medicines, I am not so narrow that I cannot gratefully recognize the precious value of relief in the form of a medicine.

Yours truly,  
*Dio Lewis*

The late Dr. J. C. Holland, who was an educated physician, but was for many years best known as one of the leading literary men of this country, and editor of *Scribner's Magazine*, wrote and published in that magazine, the following in defence of proprietary medicines:

"It is a fact that many of the best proprietary medicines of the day are more successful than many physicians, and most of them were first discovered or used in actual medical practice. When, however, any shrewd person, knowing their virtue and foreseeing their popularity, secures and advertises them, in the opinion of the bigoted, all virtue went out of them."

- «Старая, или немецкая гимнастическая школа, столь распространенная по всей стране, была явно не приспособлена к слоям населения, наиболее нуждающимся в дополнительной физической тренировке. Спортивные молодые люди, которым единственным удавалось их выполнять, делали их, и яхт- и прочие клубы снабжали их достаточным количеством спортивных средств. Но пожилые, очень полные и слабые люди, подростки, женщины всех возрастов - то есть те, кто больше всего нуждался в физических упражнениях, не имели отношения к этой системе. Отдельные попытки приобщить к ней такие слои населения провалились. Сама система была неверной».



# Франция



Франсуа Делсарте  
(1811-1871)

## Гимнастика

- **принцип прогрессивности** - от простого к сложному, от легкого к тяжелому — в той мере, в какой возрастают мышечная сила и координация;
- **мышцы нужно сокращать до предельного напряжения**;
- упражнения не следует продолжать уже после слабого ощущения усталости;
- упражнениями не следует заниматься, **по крайней мере в течение часа после приема пищи**;
- **наращивание мышц** усиливается чередованием работы с отдыхом



# *Делсартинизм*

*система художественной гимнастики,  
вольных упражнений, основанная на  
теории Франсуа Делсарте*

**Делсортинанцы** меньше заботились о развитии «атлетической мускулатуры, чем о развитии полностью мышцы как средства, посредством которого мягко выражается прекрасно развитая естественная натура человека».



# США

## Бенджамин Франклин

- В 1749 году написал брошюру, которая вызвала создание академии воспитания юношества (ныне Пенсильванский университет).

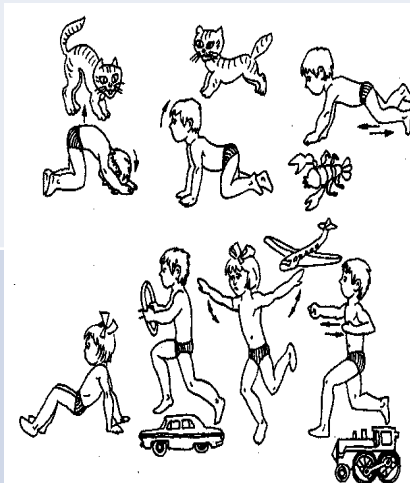
- *«Чтобы поддерживать в юношах хорошее здоровье, укреплять и делать их тело энергичным, их необходимо часто тренировать в беге, прыжках, борьбе и плавании».*

1789 год

**Томас Джефферсон** писал Питеру Карру по поводу его занятий: *«Уделяй не менее двух часов ежедневно физическим упражнениям ради здоровья, ибо оно не должно приноситься в жертву ради учения».*


1825 год

Профессор **Бек** открыл в Нортхэмптоне (Массачусетс) первую Американскую Школу, где физические упражнения составляли часть обычного расписания занятий.



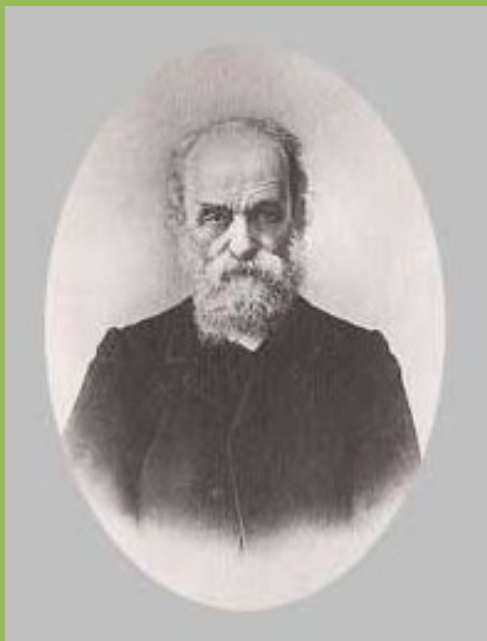
**Сильвестр Грехем** включал физические упражнения в свой «поход за здоровьем», оказывая большую помощь в пробуждении массового интереса к физическому воспитанию.

В нью-йоркском Гигиено-Терапевтическом колледже доктора Р. Тролла все студенты обучались физическим упражнениям. Это была первая школа того времени, которая включала такие упражнения в свою учебную программу.



1852 год	впервые была опубликована работа Тролла «Семейный гимназиум», а его «Джорнал» еще до того печатал статьи с иллюстрациями физических упражнений.
1860 год	доктор Дж. Тейлор выпустил книгу «Описание шведского движения «исправление»
1879 год	улучшенное издание книги Дж. Тейлора под названием «Здоровье благодаря упражнениям»
1882 год	вышла книга Ф. Освальда «Физическое воспитание»
1885 год	впервые опубликована работа Тейлора, посвященная лечению физическими упражнениями «Лечение таза и грыжи»
После 1889 года	предприняты большие усилия по внедрению в школах США немодифицированной системы Линга

# Основоположник теории физического воспитания



1837 — 1909

**Пётр Францевич  
Лэсгафт** — выдающийся  
биолог, анатом,  
антрополог, врач,  
педагог, создатель  
научной системы  
физического воспитания,  
прогрессивный  
общественный деятель  
России.



# П.Ф. Лесгафт

- особое внимание уделял воспитанию морально-нравственных сторон личности путем физических упражнений;
- утверждал необходимость взаимосвязи физического воспитания с умственным, нравственным и эстетическим развитием человека





# П.Ф. Лесгафт

научить людей

«с наименьшим трудом в возможно меньший промежуток времени сознательно производить наибольшую физическую работу...»



# Развитие

- В теории физической культуры принято употреблять термин «развитие» по отношению к физическим качествам (развить силу, быстроту, выносливость)



# Обучение

- взаимообусловленный, целенаправленный, организованный, планомерно и систематически осуществляемый процесс по передаче знаний, умений и навыков спортивных дисциплин и овладению ими



# Воспитание

- (от лат. educare — вытягивать) в буквальном смысле означает «выращивание». Русскому слову «воспитание», которое имеет своим корнем глагол «питать», соответствует синоним «кормить», поэтому в древнерусском языке слова «воспитание» и «вскармливание» — синонимы



# Концепции физического воспитания и физической культуры учащихся

Концепции	Авторы
ориентированные на развитие личности	В. И. Лях, А. А. Зданевич и др.
образовательной направленности	Б. А. Ашмарин; А. П. Матвеев, В. П. Лукьяненко и др.
физического воспитания с оздоровительной направленностью	В. Г. Большаков, В. И. Усаков, А. Г. Трушкин и др.
Спортивно-ориентированное физическое воспитание	В. К. Бальсевич, Л.И. Лубышева и др.

# КОНЦЕПЦИЯ ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ КАМПАНИИ ПО РАЗВЕРТЫВАНИЮ НАЦИОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ СПОРТИВНО ОРИЕНТИРОВАННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



*Член-корреспондент РАО, доктор  
биологических наук, кандидат педагогических  
наук, профессор  
**В.К. Бальсевич***



*Доктор педагогических наук, профессор  
**Л.И. Лубышева***

*Российская государственная академия  
физической культуры, Москва*



# Основная идея информационно-образовательной кампании по развертыванию национальной системы спортивно ориентированного физического воспитания детей, подростков и молодежи России

как минимум	как максимум
довести до сведения учителей физической культуры общеобразовательных школ, управленцев системы российского образования, руководителей министерств и ведомств, ответственных за состояние физического и нравственного здоровья детей, подростков и молодежи России, <b>возможности модернизации технологий физического воспитания на основе спортизации его форм и содержания</b>	<b>побудить их к активной деятельности в направлении поддержки инициатив образовательных учреждений и муниципальных органов управления по части их реализации.</b>



# Цель ИОК

**создание нового информационно-образовательного пространства для овладения специалистами, работающими в сфере физического воспитания и образования, теоретико-технологическими основами системных инновационных преобразований в физическом воспитании подрастающего поколения россиян, позволяющими обеспечить существенное повышение здоровьесформирующей и социокультурной эффективности сферы физического воспитания и спорта для детей, подростков и молодежи**



# Задачи ИОК

- **ознакомление** специалистов, работающих в системах физического воспитания и образования в целом, широкой российской общественности с **основными теоретическими и экспериментальными основаниями стратегии и тактик инновационных преобразований** национальной, региональных, муниципальных и локальных систем физического воспитания детей подростков и молодежи




# Задачи ИОК

- **информирование специалистов и общественности о преимуществах новых технологий физического воспитания обучающихся на основе личносно ориентированных, спортизированных форм его организации; по сравнению с традиционными формами содержания и организации**



# Задачи ИОК

- обоснование направлений и установок для модернизации инфраструктуры массового физического воспитания детей, подростков и молодежи Российской Федерации;
- ознакомление с методологией разработки учебных программ для реализации в обновленных формах массового физического воспитания



# Ведущая идея спортивно ориентированной формы организации физического воспитания обучающихся общеобразовательной школы

- поиск организационно-методического разрешения выявленного противоречия между имеющимися реальными отработанными в спортивной практике формами и методами целенаправленного преобразования физического потенциала ребенка, подростка и взрослого человека и отсутствием таковых в практике физического воспитания школьников.

- Оптимизация тренировочных нагрузок может обеспечиваться в первую очередь регламентом занятий, **которых не должно быть больше трех в неделю, при эпизодических воскресных соревнованиях.**

**Продолжительность занятия - не более 90 мин.**

# технологическая установка

на формирование физической культуры школьника как комплекса актуализированных ценностей физической культуры

важность освоения учащимися интеллектуального компонента физической культуры

овладение знаниями о законах построения и развития движений, правилах тренировки, методах восстановления, истории олимпийского движения



# Общие принципы организации работы по программе спортивно ориентированного физического воспитания

## 1

- форма организации процесса физического воспитания учащихся должна обеспечивать как можно большие возможности для освоения каждым из них ценностей физической культуры и спорта в соответствии с его задатками, способностями, личностными установками, потребностями и интересами, уровнем физического развития и подготовленности

# Общие принципы организации работы по программе спортивно ориентированного физического воспитания

## 2

- принцип обязательности использования технологий спортивной, общекондиционной и оздоровительной тренировки при организации физической и спортивной подготовки учащихся, их физкультурного и спортивного воспитания

# Общие принципы организации работы по программе спортивно ориентированного физического воспитания

## 3

- принцип объединения обучающихся в учебно-тренировочные группы, относительно однородные по интересам, потребностям, притязаниям, уровню физической подготовленности, типологическим особенностям морфофункционального статуса и степени биологической зрелости (матурации)




# Принципы создания положительного отношения к предмету

- стремление к красоте человеческого тела;
- повышение физической работоспособности, выносливости;
- формирование веры в себя, в свои интеллектуальные, психомоторные и эмоционально-волевые возможности;
- умение владеть собой на основе высокой нравственной культуры.

## *Основные направления воспитательной работы с тренерами по спорту*

Основные направления работы	Формы работы
В области умственного воспитания	Чтение классических произведений, эвристические беседы; интеллектуальные игры; компьютерное образование; изучение иностранных языков
В области нравственного воспитания	Этическое просвещение; исполнение общественно полезных дел
В области военно-патриотического воспитания	Знакомство с историей России; подготовка и служба в Вооруженных Силах РФ
В области эстетического воспитания	Развитие эстетического понимания и вкуса (театр, выставки художественных произведений, музеи)
В области физического воспитания	Систематические физические тренировки и закаливание

- 
- Особенности практической деятельности преподавателя (тренера, учителя физической культуры) высшей квалификации определяют требования к его спортивно-педагогическому мастерству.



# Структура педагогического мастерства

высокая нравственность;	глубокое знание вопросов теории и практики спорта;	мастерство в передаче специальных знаний — педагогически целесообразно
широта кругозора, высокий общий культурный уровень, эрудиция;	умение планировать спортивно-педагогический процесс и управлять им;	организованное поведение тренера; владение техникой поощрения и принуждения; воздействие на других через спортивный коллектив; владение собой (голосом, мимикой, жестом, эмоциями);