

Тема 1. Предмет Теории и методики физической культуры, как научной и учебной дисциплины

Цель курса - освоить систему научно-практических знаний в области теории физической культуры и подготовиться к разносторонней профессиональной деятельности по специальности.

ТиФК является основным общепрофилирующим предметом профессионального образования специалистов по физической культуре и спорту. Даёт возможность будущему специалисту целостно осмыслить суть профессиональной деятельности во всей сфере физической культуры, расширяет его кругозор за рамки узкой специальности и этим содействует формированию широкого профессионального мировоззрения.

ТиМФК позволяет правильно ориентироваться в многообразии явлений физкультурной практики и понять их смысл.

ТиМФК как научная и учебная дисциплина, есть интегративная система научных знаний о сущности физической культуры и общих закономерностях функционирования, направленного использования и дальнейшего развития средств физической культуры, используемых в системе факторов воспитания, социального формирования личности и оптимального развития жизненных сил человека.

Учебная дисциплина служит для профессионального образования специалистов по физической культуре и спорту. В содержание включает четыре крупных раздела:

1. Основы теории физической культуры.
2. Теория физического воспитания (изучает общие закономерности физического воспитания, как педагогического процесса. Эти закономерности относятся в равной степени к физическому воспитанию всех слоёв населения).
3. Методика физического воспитания (изучает и устанавливает частные закономерности физического воспитания, которые имеют конкретную направленность на возраст занимающихся, на профессиональную деятельность, на спортивную специализацию).
4. Основы спортивной подготовки.

Задача теории физической культуры заключается в разработке единой научно-методической концепции в раскрытии содержания различных форм и видов физической культуры.

Предмет ТиМФК включает в своё содержание знания, составляющие теоретический фундамент профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту.

Предмет ТиМФК тесно взаимосвязан с целым комплексом гуманитарных и естественных наук, т.к. специальные научные дисциплины глубоко проникают в суть явления физической культуры, всесторонне раскрывая его закономерности.

Дисциплины гуманитарного характера: социология, история и организация физической культуры, общая теория и методика физического воспитания, теория и методика спорта (общие основы и частные дисциплины по видам спорта, а также специализированные отрасли психолого-педагогического цикла) и некоторые другие.

Они направлены на познание социальных закономерностей развития физической культуры, её истории и организации в обществе, содержания и формы построения в целом, или анализирующие процесс физического воспитания и его воздействия на человека в отдельных социально-педагогических и психолого-педагогических аспектах.

Биологические и смежные естественно-научные дисциплины: специальные отрасли морфологии, физиологии, биофизики, биомеханики, медицины и гигиены, в частности динамическая анатомия, физиология и биомеханика физических упражнений. Врачебно-физкультурный и физкультурно-прикладная гигиена.

Они отражают те же закономерности функционирования и развития организма в условиях физического воспитания, которые устанавливают естественнонаучные, медицинские и гигиенические предпосылки его рационального развития.

Большинство из этих наук раскрывает отдельные стороны закономерности и условия физического воспитания. Т и МФК призвана обеспечить целостное отражение.

Источники Т и МФК:

1. Практика общественной жизни. Потребность общества в хорошо физически подготовленных людях рождала стремление познать закономерности физического воспитания и на их основе построить систему управления физическим совершенствованием человека.
2. Практика физического воспитания. Именно в ней проверяются на жизненность все теоретические положения. Могут рождаться оригинальные идеи, побуждающие теорию и методику Ф.В. к разработке новых положений.
3. Прогрессивные идеи о содержании и путях воспитания гармонически развитой личности, которые высказывались философами, педагогами, врачами разных стран и эпох.
4. Постановления правительства о состоянии и путях совершенствования физической культуры в стране.
5. Результаты исследований как в области теории и методики физического воспитания, так и в смежных дисциплинах.

Этапы становления теории и методики физической культуры:

1-ый этап. Период первобытно-общинного строя и его переходных форм (человечеством накапливался и осмысливался значительный опыт о влиянии двигательных действий на организм; осознание «эффекта упражняемости» и способов передачи опыта послужили возникновению физических упражнений и физического воспитания).

2-ой этап. Относится к периоду за несколько веков до н.э. в Древней Греции и др. рабовладельческих государствах некоторые философы, врачи и педагоги делали обобщённые выводы о влиянии физических упражнений на организм человека.

Это период создания первых систем по физическому воспитанию и появления в середине века отдельных методических пособий по гимнастике. Плаванию, верховой езде, фехтованию.

3-ий этап. Период с эпохи Возрождения и длится до конца 19 века. Этап интенсивного накопления философских, педагогических и медицинских сведений о сущности физического воспитания и создании специальных систем занятия физической культурой, а также материальной базы в виде специальных приспособлений и оборудования, спортивных сооружений.

Большой вклад в развитие теории физической культуры внесли педагоги-гуманисты (Ж.-Ж. Руссо, Дж. Локк), социалисты–утописты (Ж. Фурье, Р. Оуэн), педагог–демократ И.Г. Песталоцци.

4-ый этап. Период с конца 19 до Октябрьской революции в России. Интенсивное развитие науки о физическом воспитании и влияния физической культуры на многие области общественной жизни.

Большой теоретический вклад внёс в развитие физической культуры П.Ф. Лесгафт (1837-1909). Он является основоположником современной теории и методики физического воспитания. Он разработал систему физического образования детей школьного возраста на гимнастической основе. Его труды по истории, анатомии, биологии, педагогике, антропологии, теории и методике физического воспитания являлись наиболее прогрессивными, а поэтому легли в основу современной теории и методики физического воспитания как самостоятельной научной и учебной дисциплины. (Система П.Ф. Лесгафта предусматривала три ступени обучения. Сначала ребёнок или подросток должен научиться правильным движениям. Затем владеть этими движениями – научиться достигать наибольших результатов (как можно быстрее бегать, дальше и выше прыгать, дальше метать) в разных условиях и различной обстановке. Наконец он должен правильно соизмерять свои усилия во времени и пространстве, т.е. пробегать дистанцию с заданной скоростью, метать точно в цель и т.п.).

5-ый этап. После революционный период до 1991 года. Этот этап характеризуется интенсивным развитием науки о физической культуре. Проблемы физической культуры решаются комплексно целыми коллективами учёных, специализированными научными и учебными учреждениями.

6-ой этап. Период с 1991 г. (распад СССР) по настоящее время. Изменения в этот период коснулись в основном органов управления, уточнения их функций в работе по физической культуре и спорту. В этот период обозначается новое научное направление – непрерыв-

ное физкультурное образование. Характерной чертой является возрождение народных форм и национальных видов физических упражнений. В общеобразовательной школе сейчас появилась возможность для включения в практику ф.в. средств регионального, национального характера, т.к. в программу с 1992 г. включена вариативная часть учебного материала.