

**ТЕМА 1:
ХАРАКТЕРИСТИКА
ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ
ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ КАК
СОЦИАЛЬНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

РЕГИСТРАТОР ВУЗОВ



ВОПРОСЫ

1. Основные понятия теории и методики физического воспитания.
2. Цель и задачи физического воспитания детей.
3. Принципы организации педагогического процесса по физическому воспитанию в дошкольном учреждении.

1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Физическая культура - вид общей культуры, одна из сфер социальной деятельности людей по освоению, совершенствованию, поддержанию и восстановлению ценностей в сфере физического развития человека по самореализации его духовных и физических способностей.

Физическая культура личности – это устойчивое личностное качество, обуславливающее заботу человека о поддержании в норме и совершенствовании своего физического состояния.

Основными показателями физической культуры личности как свойства и характеристики отдельного человека являются:

- степень овладения разнообразными двигательными умениями и навыками;
- уровень знаний об организме, физическом состоянии, средствах воздействия на него и методах их применения;
- готовность оказать помощь другим людям в оздоровлении и наличие для этого соответствующих знаний, умений, навыков.

Физическое воспитание – это педагогическая система использования средств физической культуры с целью содействия гармоническому развитию человека. Физическое воспитание выступает как деятельная сторона физической культуры, благодаря которой происходит превращение ценностей физической культуры в личное достояние человека. Оно обеспечивает управляемое воздействие на физическое развитие человека, в том числе на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем, способствует наиболее полной реализации генетической программы, обуславливающей биологический уровень разностороннего физического развития конкретного индивида.

Физкультурная деятельность – это форма отношения человека к окружающей действительности. Благодаря ей осуществляется создание, сохранение, усвоение, преобразование, распространение и потребление ценностей физической культуры. Физкультурная деятельность направлена на решение задач физического воспитания. Только через активную физкультурную деятельность возможно приобщение человека к ценностям физической культуры, превращение их в достояние конкретной личности.

Физические упражнения – это движения или двигательные действия, направленные на реализацию задач физического воспитания. С одной стороны, физические упражнения рассматриваются как конкретное двигательное действие, с другой – как процесс многократного его повторения с целью воздействия на физические и психические свойства человека.

Двигательная активность – естественная потребность в движении, удовлетворение которой является условием разностороннего развития человека. Важный компонент двигательной активности – физические упражнения, направленные на развитие и физическое совершенствование людей. Недостаточность двигательной активности – гиподинамия – неблагоприятно сказывается на состоянии всех органов и систем организма.

Физическая подготовка – педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков и развитие двигательных способностей человека.

Физическая подготовленность – сформированность жизненно важных двигательных умений и навыков, достигнутый уровень развития двигательных способностей и работоспособности человека.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

- **Общая цель** всей системы физического воспитания – формирование физической культуры личности.
- **Специфическая цель** физического воспитания дошкольников – содействие воспитанию здорового, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту двигательными умениями и навыками, знаниями о физической культуре, обладающего способностью управления собой.

ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

- ❖ оздоровительные,
- ❖ образовательные,
- ❖ воспитательные.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ НАПРАВЛЕННЫ НА :

- охрану жизни и укрепление здоровья детей, совершенствование функций организма, повышение общей активности и работоспособности;
- повышение сопротивляемости организма влиянию внешней среды путем закаливания,
- укрепления опорно-двигательного аппарата, формирования правильной осанки, укрепления мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия,
- гармоничного развития всех мышечных групп, развития физических способностей (координационных, скоростных, выносливости), помогающих ребенку овладеть жизненно важными двигательными навыками.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ НАПРАВЛЕННЫ НА:

- формирование личности ребенка средствами физической культуры,
- Развитие и формирование самосознание дошкольника,
- Развитие умение анализировать и оценивать собственные действия и поступки,
- воспитание эмоционально положительного отношения к занятиям физическими упражнениями,
- развитие волевых качеств,
- развитие творческих способностей ребенка.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ НАПРАВЛЕННЫ НА:

- формирование двигательных навыков,
- освоение физкультурных знаний.

К концу дошкольного возраста ребенок должен уметь выполнять различные движения: ходить, бегать, прыгать, ловить, метать, лазать разными способами, ходить на лыжах, скользить по ледяным дорожкам, ездить на велосипеде, кататься на коньках. Сформированные двигательные навыки позволяют детям достигать хороших результатов в двигательной деятельности. Освоение физкультурных знаний формирует у дошкольников правильное отношение к своему здоровью. Им доступны элементарные знания о своем физическом состоянии, простейших правилах сохранения и укрепления здоровья, физических упражнениях, способах их использования в жизни. Специальные знания дошкольники получают в процессе режимных моментов (закаливание, гигиенические процедуры), а также в образовательной деятельности (физкультурные занятия).

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

1) принципы организации педагогического процесса по физической культуре в дошкольном учреждении – общепедагогические принципы.

2) принципы построения занятий физическими упражнениями с детьми – общеметодические принципы.

ОБЩЕПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ

- **принцип природосообразности**, предполагающий воспитание ребенка с учетом возрастных и индивидуальных психофизических особенностей. Реализация данного принципа проявляется в учете педагогом индивидуальных особенностей каждого ребенка при различных формах работы по физической культуре, специфики мотивации деятельности дошкольника, особой значимости игровых мотивов, потребности детей в самоутверждении и т. д.;
- **принцип непрерывности развития**, обеспечивающий преемственность целей, содержания и организации физкультурной деятельности при развитии физической культуры личности ребенка на каждом возрастном этапе дошкольного детства;
- **принцип развивающего характера образования**, предполагающий вовлечение ребенка в различные виды деятельности, использование игр и упражнений, что способствует обогащению воображения, мышления, памяти и речи. В развивающем обучении педагогические воздействия опережают, стимулируют, направляют и ускоряют развитие наследственных данных личности ребенка, который является полноценным субъектом деятельности;

- **принцип единства обучения и развития**, проявляющийся во взаимосвязи овладения ребенком двигательными навыками с состоянием и развитием опорно-двигательного аппарата, вегетативных функций организма и двигательных качеств. На занятиях физическими упражнениями этот принцип обязывает педагога вести обучение во взаимосвязи с обеспечением физической подготовленности и развития двигательных качеств;
- **принцип оздоровительной направленности**, означающий, что при выборе средств и методов физического воспитания педагог должен руководствоваться прежде всего их оздоровительной ценностью. Целесообразность проведения любого физкультурного мероприятия следует рассматривать с точки зрения здоровья ребенка, соответствия физических нагрузок его возможностям. При этом необходимо осуществлять педагогический и медицинский контроль;
- **принцип гармоничного развития личности**, означающий связь физического воспитания с другими видами воспитания (умственным, нравственным, эстетическим и т. д.), согласованное и соразмерное развитие физических способностей, разностороннее формирование двигательных умений и навыков и освоение специальных знаний;

- **принцип субъектности**, включающий гуманистический тип взаимоотношений участников образовательного процесса, в котором ребенок выступает как субъект собственной деятельности. Данный принцип означает направленность педагогической деятельности на выявление, сохранение и развитие индивидуальности, самобытности ребенка, учет этих качеств и индивидуального опыта детей в процессе физического воспитания;
- **принцип сотрудничества**, предусматривающий объединение целей детей и взрослых, общую деятельность и согласованность действий, общение и взаимопонимание, общую устремленность в будущее и взаимную поддержку. Данный принцип предполагает также взаимопонимание педагога и родителей, согласованность действий, их сотрудничество в физическом развитии ребенка.

ОБЩЕ-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ

- ✓ **принцип научности**, предполагающий построение физического воспитания дошкольников в соответствии с закономерностями их социализации, психического и физического развития;
- ✓ **принцип доступности**, определяющий постановку двигательных заданий, которые соответствуют уровню психофизического развития детей;
- ✓ **принцип систематичности**, обуславливающий необходимость регулярности, последовательности и преемственности при формировании у дошкольников физкультурных знаний и двигательных умений;
- ✓ **принцип сознательности и активности**, предполагающий, что педагог в процессе физического воспитания поддерживает у детей интерес к занятиям, формирует сознательное отношение ко всему тому, что составляет содержание занятий. Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на организм, ребенок приучается самостоятельно решать двигательные задачи;

✓ **принцип наглядности**, базирующийся на предрасположенности ребенка к чувственному восприятию окружающего мира. Использование данного принципа позволяет успешно формировать у детей представления об осваиваемых движениях, их ритмическом рисунке, пространственных, временных и динамических характеристиках, рациональной технике и тактике двигательных действий;

✓ **принцип развития детского творчества**, обуславливающий появление новых мотивов деятельности дошкольников, что перестраивает их мотивационно-эмоциональную сферу, способствуя формированию эвристической структуры личности в целом. Реализация данного принципа в процессе физического воспитания означает широкое использование игры, сказки как источника детского творчества, детского экспериментирования;

- ✓ **принцип системного чередования нагрузок и отдыха**, определяющий суммарный эффект физкультурного занятия. Для сохранения повышенного уровня функционирования различных систем организма нужны повторные нагрузки через строго определенные интервалы отдыха. Систематическое повторение нагрузок на фоне отсутствия восстановления приводит к снижению работоспособности организма;
- ✓ **принцип индивидуализации**, предполагающий такую организацию физкультурно-оздоровительного процесса, при которой выбор способов, приемов, методов обучения и оздоровления обуславливается индивидуальными особенностями здоровья, физического и двигательного развития детей. Индивидуализацию обучения можно рассматривать и в качестве самостоятельной педагогической технологии.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб. пособие / В. Н. Шебеко. – 3-е изд., испр. – Минск : Вышэйшая школа, 2015. – 287 с.
2. Кенеман, А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». Изд. 2-е, испр. и доп. - М. : Просвещение, 1978. - 272 с.