

ТЭМА 1:
ХАРАКТАРЫСТЫКА
ТЭОРЫІ І МЕТОДЫКІ
ФІЗІЧНАГА Выхавання
ЯК
САЦЫЯЛЬНАЙ ПРАБЛЕМЫ



ПЫТАННІ

1. Асноўныя паняцці тэорыі і методыкі фізічнага выхавання.
2. Мэта і задачы фізічнага выхавання дзяцей.

РЕПОЗИТОРИЙ БГТУ

АСНОЎНЫЯ ПАНЯЦЦІ

- Фізічная культура - від агульнай культуры, адна з сфер сацыяльнай дзейнасці людзей па засваенні, ўдасканаленні, падтрыманню і аднаўленню каштоўнасцяў у сферы фізічнага развіцця чалавека па самарэалізацыі яго духоўных і фізічных здольнасцяў.

- **Фізічная культура асобы** - гэта ўстойлівая асобаная якасць, якая абумоўлівае клопат чалавека аб падтрыманні ў норме і ўдасканаленні свайго фізічнага стану.

Асноўнымі паказчыкамі фізічнай культуры асобы як ўласціvasці і характарыстыкі асобнага чалавека з'яўляюцца:

- ступень авалодання разнастайнымі рухальнымі ўменнямі і навыкамі;
- ўзровень ведаў аб арганізме, фізічным стане, сродках ўздзеяння на яго і метадах іх ужывання;
- гатоўнасць аказаць дапамогу іншым людзям ў здараўленні і наяўнасць для гэтага адпаведных ведаў, уменняў, навыкаў.

ФІЗІЧНАЕ Выхаванне

- педагагічная сістэма выкарыстання сродкаў фізічнай культуры з мэтай садзейнічання гарманічнаму развіццю чалавека.

Фізічнае выхаванне выступае як дзейны бок фізічнай культуры, дзякуючы якому адбываецца ператварэнне каштоўнасцяў фізічнай культуры ў асабістае здабытак чалавека.

Яно забяспечвае кіраванае ўздзеянне на фізічнае развіццё чалавека, у тым ліку на развіццё шырокага кола асноўных фізічных і спецыяльных якасцяў, павышэнне функцыянальных магчымасцяў розных органаў і сістэм, спрыяе найбольш поўнай рэалізацыі генетычнай праграмы, абумоўлівае біялагічны ўзровень разнабаковага фізічнага развіцця канкрэтнага індывіда

- **Фізікультурная дзейнасць** - гэта форма адносіны чалавека да навакольнага рэчаіснасці.

Дзякуючы ёй ажыццяўляецца стварэнне, захаванне, засваенне, пераўтварэнне, распаўсюджванне і спажыванне каштоўнасцяў фізічнай культуры.

Фізікультурная дзейнасць накіравана на рашэнне задач фізічнага выхавання.

Толькі праз актыўную фізікультурную дзейнасць магчыма далучэнне чалавека да каштоўнасцяў фізічнай культуры, ператварэнне іх у набытак канкрэтнай асобы.

Фізічныя упражненні - гэта рухальныя дзеянні, накіраваныя на рэалізацыю задач фізічнага выхавання.

З аднаго боку, фізічныя практыкаванні разглядаюцца як канкрэтнае рухальнае дзеянне, з другога - як працэс шматразовага яго паўтарэння з мэтай ўздзеяння на фізічныя і псіхічныя ўласцівасці чалавека.

Рухальная актыўнасць - патрэба ў руху, задавальненне якой з'яўляецца умовай рознабаковага развіцця чалавека.

Важны кампанент рухальнай актыўнасці - фізічныя практыкаванні, накіраваныя на развіццё і фізічнае ўдасканаленне людзей.

Недастатковасць рухальнай актыўнасці - гіпадынамія - неспрыяльна адбіваецца на стане ўсіх органаў і сістэм арганізма.

Фізічная падрыхтоўка - педагогічны працэс, накіраваны на фарміраванне рухальных навыкаў і развіццё рухальных здольнасцей чалавека.

Фізічная падрыхтаванасць - сфарміраванасць жыццёва важных рухальных уменняў і навыкаў, дасягнуты ўзровень развіцця рухальных здольнасцей і працаздольнасці чалавека.

МЭТА І ЗАДАЧЫ ФІЗІЧНЫЯ ВЫХАВАННЯ ДЗЯЦЕЙ

- **Агульная мэта** ўсёй сістэмы фізічнага выхавання - фарміраванне фізічнай культуры асобы
- **Спецыфічная мэта** фізічнага выхавання дашкольнікаў - садзейнічанне выхаванню здаровага, фізічна развітога дзіцяці, які валодае даступнымі яго ўзросту рухальнымі ўменнямі і навыкамі, ведамі аб фізічнай культуры, які валодае здольнасцю кіравання сабой.

ЗАДАЧЫ ФІЗІЧНАГА Выхавання

- Задачы выхавання,
- Задачы аздараўленчыя,
- Задачы адукацыйныя.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

АЗДАРАЎЛЕНЧЫЯ ЗАДАЧЫ НАКІРАВАНЫ НА:

- ахову жыцця і ўмацаванне здароўя дзяцей, ахову жыцця і ўмацаванне здароўя дзяцей, удасканаленне функцый органаў, павышэнне агульнай актыўнасці і працаздольнасці;
- павышэнне супраціўляльнасці арганізма ўплыву навакольнага асяроддзя шляхам гартавання;
- ўмацавання апорна - рухальнага апарата, фарміравання правільнай паставы, ўмацавання цягліц ступні і галёнкі з мэтай папярэджання плоскаступнёвасці;
- гарманічнага развіцця ўсіх цягліцавых груп, развіцця фізічных здольнасцяў (кардынацыйных, хуткасных, вынослівасці), якія дапамагаюць дзіцяці авалодаць жыццёва важнымі рухальнымі навыкамі.

ЗАДАЧЫ Выхавання накіраваны на:

- Фарміраванне асобы дзіцяці сродкамі фізічнай культуры;
- Развіццё і фарміраванне самасвядомасць дашкольніка;
- Развіццё уменне аналізаваць і ацэньваць уласныя дзеянні і ўчынкi;
- Выхаванне эмацыйна станоўчага адносіны да заняткаў фізічнымі практыкаваннямі
- Развіццё валявых якасцяў;
- Развіццё творчых здольнасцяў дзіцяці.

АДУКАЦЫЙНЫЯ ЗАДАЧЫ НАКІРАВАНЫ НА:

- Фарміраванне рухальных навыкаў, засваенне фізкультурных ведаў.
- Да канца дашкольнага ўзросту дзіця павінна ўмець выконваць розныя рухі:
- хадзіць, бегаць, скакаць, лавіць, кідаць, лазіць рознымі спосабамі, хадзіць на лыжах, слізгаць па ледзяных дарожках, ездзіць на ровары, катацца на каньках.

Сфармаваныя рухальныя навыкі дазваляюць дзецям дасягаць добрых вынікаў у рухальнай дзейнасці.

Засваенне фізкультурных ведаў фармуе ў дашкольнікаў правільнае стаўленне да свайго здароўя.

Ім даступныя элементарныя веды аб сваім фізічным стане, найпростых правілах захавання і ўмацавання здароўя, фізічных практыкаваннях, спосабах іх выкарыстання ў жыцці.

Спецыяльныя веды дашкольнікі атрымліваюць у працэсе рэжымных момантаў (гартаванне, гігіенічныя працэдуры), а таксама ў адукацыйнай дзейнасці (фізкультурныя заняткі).