

Т и МФК

ТЕМА 1. Введение в Т и МФК

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

ПЛАН

1. Исходные понятия и содержание теории и методики ФК
2. Предмет теории ФК
3. Характеристика понятия ТМФК

Владение теорией физической культуры определяет уровень и степень образованности специалистов, также уровень их профессиональной компетентности. Специалист не может решать задачи на высоком профессиональном уровне, не владея достаточным объемом научно-теоретических знаний. Специалисту необходимо не только научиться свободно и уверенно пользоваться, оперировать формулировками, понятиями и категориями, но и уметь уточнить, дополнить или углубить их за счет обобщения результатов своей практической деятельности, осмыслить ее с позиции теории познания и теории физической культуры.

Физическая культура – вид культуры, который представляет собой специфический процесс и результат человеческой деятельности, средства и способ физ. совершенствования людей для выполнения ими своих соц. обязанностей.

Понятие «**физическое воспитание**» представляет собой педагогический процесс, т.е. деятельность, направленную на решение образовательных, оздоровительных и воспитательных задач путем применения системы физических упражнений.

Образовательными задачами ФВ в первую очередь являются приобретение знаний, совершенствование двигательных способностей.

К **оздоровительным** задачам относятся уроки здоровья, улучшение ФР, воспитание правильной осанки, профилактика плоскостопия и т.д.

Воспитательные задачи – формирование личности в целом.

В процессе ФВ решают задачи умственного развития; нравственного, трудового и эстетического воспитания. Отмеченные направления деятельности взаимосвязаны и органически включены в процесс ФВ. Это обязательное условие воспитания разносторонне развитой личности.

Под «**физической подготовкой**» понимается профессиональная направленность ФВ (ФП спортсмена, солдата, космонавта, пожарного и др.), т.е. процесс развития физических способностей и формирования двигательных умений и навыков с учётом требований вида деятельности.

Различают **ОФП** (к занятиям спортом, к труду вообще) и **СФП** (к конкретному виду деятельности).

«**Физическое развитие**» – процесс изменения форм и функций организма человека под влиянием условий жизни и воспитания.

Как **учебная дисциплина ТМФВ** является главной профилирующей дисциплиной в учебных планах в средних и высших физкультурных учебных заведениях.

Целью изучения явл. изучение общих закономерностей, определяющих содержание и формы построения ФВ и процесса спортивной тренировки как педагогически организованного процесса.

Рекомендуемая литература

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений / Л.П. Матвеев. – 4-е изд., стер. – СПб.: Лань; М.: Омега, 2004. – 160 с.

2. Максименко, А.М. Теория и методика физической культуры: учеб. для студ. высш. учеб. заведений А.М. Максименко.- М.: Физкультура и спорт, 2005.- 532с.

3. Теория и методика физическая воспитания: учеб. для вузов физ. воспитания и спорта / под ред. Ю.Т. Круцевич: в 2 т. – Киев: Олимпийская литература, 2003.

Т.1. – 422 с.

Т.2. – 391 с.

4. Теория и методика физической культуры: учеб./ под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.

5. Теория и методика физического воспитания: пособие / А.Г. Фурманов, М.М. Круталевич. - Минск: БГПУ, 2014.- 416с.

6. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 6-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 480 с.