

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический
университет имени Максима Танка»

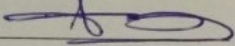
Факультет физического воспитания

Кафедра теории и методики физической культуры

(рег. № УМ 33-1-614)

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой теории и
методики физической культуры

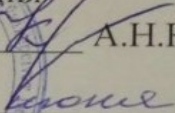
 А.А.Балай

18. июня 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета физического
воспитания



 А.Н.Касперович

июне 2020 г.

ЭЛЕКТРОННЫЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Современные проблемы физической культуры и спорта

второй ступени

высшего образования (магистратура) для специальности:

1-08 80 04 Физическая культура и спорт

Составитель: Кузьмина Л.И., кандидат педагогических наук, доцент, доцент
кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования
«Белорусский государственный педагогический университет имени Максим
Танка»

Рассмотрено и утверждено

на заседании Совета БГПУ

25.06

2020 г.

протокол № 9

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.
5

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА **ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

Структура и краткое содержание лекционных занятий

ТЕМА 1. СИСТЕМА НАУЧНОГО ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ, ЕЕ СТРУКТУРА

Лекция 1. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте 9

Лекция 1. 2. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания 13

ТЕМА 2. КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ТЕНДЕНЦИЯХ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Лекции 2.1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии 18

Лекции 2.2. Взаимообусловленность функций и форм физической культуры 19

Лекции 2.3. Спортсизация физического воспитания школьников 20

ТЕМА 3. НАУЧНО - ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Лекция 3.1. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания области физической культуры в Республике Беларусь 23

Лекция 3.2 Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания 25

ТЕМА 4. ОПТИМИЗАЦИЯ СТРУКТУРЫ МНОГОЛЕТНЕГО ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Лекция 4.1. Феномен двигательной активности и современная методология его исследования 32

Лекция 4.2. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса 36

ТЕМА 5. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМАТИКА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Лекция 5.1. Современная теория обучения двигательным действиям. Особенности этапов обучения двигательным действиям 40

Лекция 5.2. Особенность этапов обучения двигательному действию 41

ТЕМА 6. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Лекция 6.1. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей 43

ТЕМА 7. ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШЕЙ РАЗРАБОТКИ ТЕОРИИ И ТЕХНОЛОГИИ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА

<u>Лекция 7.1. Спорт как социокультурный феномен в его историческом развитии и современном состоянии</u>	48
<u>Лекция 7.2. Современная теория подготовки спортсменов и ее основные задачи</u>	53
<u>Лекция 7.3. Профессионализация современного спорта высших достижений</u>	57

ТЕМА 8. ПРОБЛЕМА РАЗРАБОТКИ ТЕХНОЛОГИИ МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНТРОЛЯ ПРОЦЕССОВ РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<u>Лекция 8.1 Научно-методологические основы построения моделей соревновательной деятельности</u>	60
---	----

ТЕМА 9. ПРОБЛЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПОТЕНЦИАЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ, УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

<u>Лекция 9.1. Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта высших достижений в Республике Беларусь. (Презентация)</u>	63
---	----

ТЕМА 10. ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ, РЕКРЕАТИВНОЙ, РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

<u>Лекция 10.1. Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры</u>	69
<u>Лекция 10.2. Адаптивная физическая культура как средство реабилитации инвалидов</u>	71
<u>Лекция 10.3. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. Многообразие форм организации соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями</u>	74

II. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

ВОПРОСЫ К СЕМИНАРСКИМ ЗАНЯТИЯМ ПО РАЗДЕЛАМ И ТЕМАМ

<u>Тема 1. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте</u>	78
<u>Тема 2. Концептуальное представление о тенденциях развития физической культуры и спорта</u>	80
<u>Тема 3. Научно прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания</u>	82
<u>Тема 4. Оптимизация структуры многолетнего процесса физического воспитания</u>	84
<u>Тема 5. Дидактическая проблематика в сфере физической культуры</u>	85
<u>Тема 6. Совершенствование технологий развития физических качеств и двигательных способностей</u>	87

<u>Тема 7. Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта</u>	88
<u>Тема 8. Профессионализация современного спорта высших достижений</u>	90
<u>Тема 9. Проблематика разработки методологии и технологии моделирования и контроля процессов развития физкультурной и спортивной деятельности и ее результатов</u>	93
<u>Тема 10. Проблема реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья и практической подготовки педагога-преподавателя физической культуры</u>	95
<u>Тема 11. Проблемы оздоровительной, рекреативной, реабилитационной и адаптивной физической культуры</u>	97
<u>Тема 12. Антидопинговый контроль</u>	98
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА МАГИСТРАНТА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»	
<u>Методические рекомендации по организации самостоятельной работы магистрантов</u>	101
<u>Перечень заданий самостоятельной работы магистрантов</u>	
<u>III. РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ</u>	
<u>3.1. Средства диагностики учебной деятельности магистрантов</u>	
<u>3.2. Контрольные вопросы по дисциплине «Современные проблемы физической культуры и спорта»</u>	106
<u>3.3. Пример контрольной работы (тесты)</u>	
<u>3.4. Тематика рефератов</u>	108
<u>3.5. Литература для самостоятельного изучения:</u>	113
<u>3.6. Содержание и защита итоговой практической работы:</u>	114
<u>ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ</u>	115
<u>IV. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</u>	
ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	
<u>4.1. Список основной и дополнительной рекомендуемой учебно-методической литературы.</u>	117
<u>4.2. Учебная программа дисциплины второй ступени высшего образования (магистратура) для специальности:</u>	120
<u>1-08 80 04 Физическая культура и спорт</u>	
<u>4.3. Терминологический минимум</u>	154

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общая характеристика электронного учебно-методического комплекса

Дисциплина «Современные проблемы физической культуры и спорта» направлена на формирование дополнительных и более глубоких знаний в области современных тенденций развития теории и практики физической культуры и спорта. Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: педагогика и психология, теория и методика физической культуры, спортивная метрология, физиология спорта. В свою очередь дисциплина является интегрированным курсом, объединяющим основные направления теоретических, фундаментальных и прикладных исследований по научному обоснованию методологических подходов, средств, методов, нормативных требований, способов управления и организации, а также направленности таких компонентов системы физической культуры, как физическое воспитание, спорт, оздоровительная и адаптивная физическая культура.

Данная учебная дисциплина позволяет сформировать у слушателей теоретический базис, а также практические умения и навыки к осуществлению научно изыскательских работ в области современных проблем теории и практики физической культуры и спорта. Учебная дисциплина «Современные проблемы физической культуры и спорта» является одной из основных дисциплин цикла профессиональной подготовки специалистов второй ступени высшего образования по специальности 1-08 80 04 Физическая культура и спорт, профилизация - Педагогическая деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре.

В электронном учебно-методическом комплексе по дисциплине «Современные проблемы физической культуры и спорта» подобраны материалы, которые направлены на подробное изучение вопросов, современных этапов, тенденций и направлений развития связанных с основными теоретическими положениями и понятиями в теории и практике физической культуры и спорта.

Цели УМК:

Целью электронного учебно-методического комплекса по дисциплине «Современные проблемы физической культуры и спорта» является управление и содействие рациональной учебной деятельности магистрантов по развитию их профессиональной компетентности как специалистов в области физической культуры и спорта.

Задачи:

1. Раскрыть основные требования к содержанию изучаемой дисциплины;

2. Раскрыть перспективные направления деятельности в различных областях научного знания о физической культуре и спорте и пути их интеграции и дифференциации на современном этапе развития;
3. Дать магистрантам знания в области анализа, сопоставления, систематизации, абстрагирования, моделирования, проверки достоверности данных, принятия решений в самостоятельной исследовательской деятельности, генерировать и реализовывать инновационные идеи.

В процессе изучения дисциплины магистранты должны:

- знать научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания, дидактическую проблематику в сфере физической культуры и перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта;
- применять в научно-педагогической деятельности полученные знания для решения образовательных, методических, организационно-управленческих и исследовательских задач.

В результате освоения учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» магистр должен **знать:**

- сущность современных проблем физической культуры, решение которых требует междисциплинарных подходов и исследовательских программ;
- современные концепции и методы научного исследования, применяемые для решения современных проблем в науке о физической культуре и спорте;
- современные научные подходы в сфере науки о физической культуре и спорте и смежных областях научного знания;
- содержание основных современных работ и концепций в сфере спортивной дидактики;
- закономерности процесса физического воспитания и современные концепции его построения;
- сущность современных научных достижений в сфере спорта и спортивной подготовки;
- особенности и современные концепции физкультурно- оздоровительной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» магистр должен **уметь:**

- применять методы исследования смежных научных дисциплин;
- определять критерии освоенности двигательных действий в различных направлениях физической культуры и видах спорта;
- осуществлять анализ современных научных концепций и достижений в области спортивной подготовки;
- применять современные научные подходы в сфере исследовательской деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» магистр должен **владеть:**

- владеть (иметь опыт) построения исследовательских программ междисциплинарного характера;
- приемами анализа современных концепций и технологий физического воспитания;
- основами методологии междисциплинарного исследования и опыт анализа явлений физической культуры и спорта с позиций философского, антропологического и культурологического подходов;
- планирования, организации и контроля за проведением физкультурно-спортивных мероприятий.

Представленный электронный учебно-методический комплекс составлен в соответствии с образовательным стандартом высшего образования (ОСВО 1-08 80 04-2019), высшее образование. II ступень (магистратура), специальность 1-08 80 04 Физическая культура и спорт, степень магистр, утвержденным постановлением Министерства образования Республики Беларусь 09.07.2019 № 103, учебными планами и «Положением об учебно-методическом комплексе на уровне высшего образования» утвержденным постановлением Министерства образования Республики Беларусь 26.07.2011 № 167. В нем содержатся все разделы, предусмотренные «Инструкцией по составлению учебно-методического комплекса», утвержденной Советом БГПУ.

В электронном учебно-методическом комплексе по дисциплине содержатся разделы:

1. Теоретический раздел. В раздел включены: краткое содержание лекций и авторские материалы по изучению дисциплины.

2. Практический раздел. Включает: материал и задания для практических и семинарских занятий, материал и задания для самостоятельной работы магистрантов, литература для самостоятельного изучения магистрантов.

3. Раздел контроля знаний. Включает в себя: средства диагностики учебной деятельности магистрантов, методического контроля знаний, критерии оценки результатов учебной деятельности, зачетные требования и экзаменационные вопросы по дисциплине, литература для подготовки к экзамену.

4. Вспомогательный раздел. Включает учебные программы (базовый и рабочий варианты), электронные варианты титульных листов учебных программ, инновационные технологии в учебной работе, литература по дисциплине (основная и дополнительная).

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1 Структура и краткое содержание лекционных занятий

ТЕМА 1 СИСТЕМА НАУЧНОГО ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ, ЕЕ СТРУКТУРА

Лекция 1 Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте

ПЛАН

1. Сущность эволюционного и системного подходов в изучении физической культуры и спорта. Организационные периоды развития науки о физической культуре и спорте.
2. Комплекс наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественно-научные, психолого-педагогические, социально-гуманитарные.
3. Теория спорта как наука и учебный предмет. Формирование теории спорта.

ТМФВ прежде чем стать самостоятельной наукой в качестве интегральной прошла долгий путь развития.

Первобытные люди владели достаточно широкими знаниями в области физического развития, без которых борьба за жизнь была бы невозможной.

В рабовладельческом обществе Древней Греции уже существовали методики ФВ, появились учебники по гимнастике, плаванию, верховой езде.

В эпоху Возрождения педагоги-гуманисты считали ФВ обязательной частью педагогического процесса.

Однако, как самостоятельная область знаний по теории ФВ сформировалась только в начале XIX века.

1. Организационные периоды развития науки о физической культуре и спорте:

I - вторая половина XIX в. - 1917 г. - период зарождения и формирования вузовской науки;

II - 1917 г. - конец 20-х гг. - период разделения учебной и научной деятельности;

III - конец 20-х - середина 50-х гг. - период развития научной работы по кафедральному принципу;

IV - середина 50-х - середина 80-х гг. - период активного развертывания научно-исследовательской работы в виде отраслевых и проблемных лабораторий;

V - середина 80-х гг. - начало XXI в. - период реформирования науки как системы (до 1990 г. - в рамках социалистического пространства, с 1990 г. - в условиях рыночных отношений).

2. Комплекс наук, изучающих физическую культуру и спорт

Основные периоды развития науки о физической культуре **по составу знаний**, способу их получения и изложения:

1) **эмпирический (до XVI в.)** - обобщение практического опыта применения физических упражнений и его изложение в форме описательного свода правил искусства утилитарной гимнастики;

2) **аналитический (XVI - XIX вв.)** - основанное на дифференцированном изучении строения и функций организма антропологическое учение о средствах физического развития и физического образования;

3) **прогностический (XX - XXI в.)** - интеграция научных знаний о законах управления индивидуальным развитием человека и системное их изложение в форме социальных теорий физического воспитания, спорта и физической культуры.

2. ТФВ является составной частью педагогических наук. Она изучает ФВ как феномен социальной жизни, его цели и задачи на разных этапах развития общества, способы, методы и формы организации физкультурно-спортивной практики.

ТФВ объясняет пути развития ФВ, обосновывает определенные педагогические положения социальными, психологическими, биологическими закономерностями. ТФВ как наука имеет синтезирующий характер (рис.1) , **предметом** изучения которой является человек в процессе его социальной интеграции при помощи физических упражнений с целью физического и духовного совершенствования, повышения общественной активности¹.

¹ Теория и методика физического воспитания : пособие / А. Г. Фурманов, М. М. Круталевич, Л. И. Кузьмина ; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : БГПУ, 2014. – С. 78-91.

.).



Рис. 2. Предмет ТФВ и ее место в системе научных знаний (по Т.М. Чиженюк, Ю.О. Коваленко, 2012)

На основе сложившихся закономерностей ТФВ специалистами разрабатываются его методики. Теория и методика не могут существовать одна без другой и развиваться отдельно: либо теория без методики теряет суть, не находя реализацию в практической деятельности, либо методика без теории теряет свою научную базу.

Естественно-научная основа теории ФВ

Естественно-научную основу составляет комплекс научных дисциплин, задачей которых является изучение процессов биологического развития человека.

В этом комплексе научных знаний центральное место принадлежит учению И.П. Павлова о высшей нервной деятельности.

Одним из главных проявлений единства организма и среды является приспособление организма к условиям своего существования, определяемое И.П. Павловым как уравновешение организма с высшей средой. Он рассматривал уравновешение как «основной закон жизни».

Организм человека с момента его рождения ощущает воздействие внешней среды. С данного момента и начинается их взаимодействие, возникает способность организма человека приспосабливаться к этой среде.

Индивидуальное приспособление человека в процессе общественно-трудовой деятельности осуществляется по принципу условно-рефлекторных временных связей, через 2-ю сигнальную систему (**вторая сигнальная система**, связанная с функцией речи, со словом, слышимым или видимым

(письменная речь). Слово, по И. П. Павлову, является сигналом для работы первой сигнальной системы («сигнал сигналов»). Например, действия человека будут одинаковыми на слово «пожар» и действительно наблюдаемый (зрительное раздражение) им пожар во взаимодействии с 1-й сигнальной системой) (**Первой сигнальной системой** он назвал деятельность коры головного мозга, которая связана с восприятием через рецепторы непосредственных раздражителей (сигналов) внешней среды, например, световых, тепловых, болевых и т. д. Она является основой для выработки условных рефлексов и свойственна как животным, так и человеку).

Проявлением индивидуального приспособления являются случаи:

- восстановления двигательных функций (при травме конечности);
- восстановление иммунитета после инфекционных заболеваний;
- приспособление к обучению и общественной жизни (глухонемых от рождения или слепых).

Учение об условно-рефлекторных временных связях и образование динамического стереотипа

Вся деятельность человека в процессе ФВ (гимнастика, игры, спорт и т.д.) зависит от высшей нервной деятельности.

Овладение элементарными двигательными навыками и в конечном итоге сложными спортивными навыками определяется образованием новой системы деятельности коры больших полушарий головного мозга.

Учение И.П. Павлова² о динамическом стереотипе объясняет процесс образования и совершенствования двигательных и спортивных навыков, помогает уяснить его закономерности.

Учение о типах высшей нервной деятельности.

И.П. Павлов выделил **четыре типа высшей нервной деятельности: 1-й тип – сангвинический; 2-й тип – флегматичный; 3-й тип – холерический; 4-й тип – меланхолический.**

В процессе ФВ дифференциация типов высшей нервной деятельности учитывается педагогом в целях осуществления индивидуального подхода к обучающимся: обеспечения оптимальных условий режима, закаливания, нормирования двигательной деятельности и т.д.

3. Формирование теории спорта

Оформление теории спорта как самостоятельной отрасли научного знания началось - в минувшем веке, хотя осмысление явлений спорта шло вместе с развитием спортивной практики и дало серьезные обобщения уже в первый период расцвета Олимпийских игр древности. Главным стимулом, ускорившим формирование современной теории спорта, стало возобновление

² Павлов, И.П. Полное собрание сочинений / И.П. Павлов. 2-е изд. – М.-Л. – 1954. – 638 с.
<https://www.twirpx.com/file/1611301/>

Олимпийских игр на рубеже XIX-XX вв. и обусловленное этим интенсивное развертывание мирового спортивного движения.

В XX веке проблематика теории спорта рассматривалась в рамках теории и методики физического воспитания, так как до последних десятилетий наиболее широко обобщающей отраслью научно-прикладного знания в сфере физической культуры и спорта была именно теория физического воспитания, а познавательные положения, возникавшие на основе спортивной практики, имели эмпирический и часто предметный характер.

- Первыми были детально изучены проблемы теории спортивной тренировки, так как проблематика теории спорта долго разрабатывалась, главным образом, в свете теории физического воспитания. При этом спорт выступает в основном в качестве фактора физического воспитания.
- На первые позиции при таком подходе выступает проблематика обучения спортсмена технике двигательных действий и воспитания его физических способностей, спортивная же тренировка в целом предстает как специализированная разновидность процесса физического воспитания.
- В 1940-1950-х гг. была выполнена серия крупных обобщающих работ (К.Х. Грантынь, А.Д. Новиков и др.). В последующие десятилетия в стране стремительно нарастало число работ, конкретизирующих и углубленно решающих обобщенную теоретико-прикладную проблематику спортивной тренировки на материале спортивной практики и экспериментальных исследований, в том числе по общим основам спортивной тренировки и закономерностям ее построения, а также по основным разделам ее содержания - физической и технической подготовке, возрастным аспектам спортивной подготовки, ее перспективному планированию, структуре тренировочного процесса и ее оптимизации.
- ***Теория спорта - обобщающая отрасль научного знания, призванная отобразить сущность спорта, общие закономерности его функционирования и дальнейшего развития в обществе.***
- ***Стержневым разделом теории спорта является концепция основного содержания и форм оптимального построения подготовки спортсмена к высоким достижениям в спорте, наиболее существенных закономерностей, путей и условий спортивного совершенствования.***

В качестве широко обобщающей, интегрированной отрасли научного знания она связана со многими другими его отраслями, в том числе с естественными и гуманитарными науками.

В своих фактологических основах она непосредственно опирается на данные частных предметных спортивных дисциплин - теорию и методику отдельных видов спорта и типологических групп видов спорта, а также на

материалы прикладных ответвлений наук, избирательно ориентированных на познание реалий спорта и сопряженных с ним явлений (физиология, биохимия, биомеханика спорта и другие спортивно-прикладные отрасли естественных наук, психология, психопедагогика, конкретная социология и др.

Опираясь на данные смежных научных дисциплин, теория спорта не суммирует их, а **выделяет и интегрирует** то, что необходимо для познания сущности спорта в целом, выявления наиболее общих закономерностей его функционирования и развития (часто это «ускользает» от внимания частных предметных отраслей спортивной науки из-за ограничений предмета исследования).

Литература:

1. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры: учебник /А. М. Максименко. - М. : Физическая культура, 2005.
2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: 4-е изд., испр. и. доп. /Л.П. Матвеев. — Санкт-Петербург: «Лань», 2005. — 384 с:
3. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - М. : Советский спорт, 2010. – 464 с.
4. Теория и методика физического воспитания : пособие / А. Г. Фурманов, М. М. Круталевич, Л. И. Кузьмина ; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. — Минск : БГПУ, 2014. — 416с.
<http://www.sporteducation.by/img/file/1/%D0%A2%D0%9C%D0%A4%D0%9A%20%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf>
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, А.С. Кузнецов. - М. : Академия, 2007. – 480 с.

Лекция 1. 2. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания

План

1. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.

2. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания.

1. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе

До недавнего времени в **теории физической культуры, физическом воспитании** спорт воспринимался как неотъемлемая часть культуры физической. Тем не менее социальные функции, ценности, социальный

статус спорта имеют собственную интерпретацию, не сводимую к значению физической культуры. В этой связи все чаще ставится вопрос о развитии теории спорта, спортивном воспитании, формировании спортивной культуры.

Осмысление содержательных основ феноменов физической культуры и спорта, объяснение их предметной и социальной разноликости и обоснование путей их интеграции для повышения эффективности процессов физического и спортивного воспитания – является важным³.

Общим предметным основанием физической культуры и спорта как социальных механизмов цивилизации служит культура двигательной деятельности. Культурой называют все, что создано человечеством как совокупность условий, способов и результатов формирования, развития и сохранения потребностей и свойств "человека общественного" [4]. Как социальная система культура разворачивается в трех формах своего существования: культура условий жизни, культура деятельности и культура личности. Взаимодействие и взаимовлияние форм культуры свойственны и феноменам физической культуры и спорта. Условия жизнедеятельности обеспечивают развертывание процессов формирования культуры двигательной деятельности, которая развивает процесс формирования физической и спортивной культуры личности.

Как показывает опыт общественно-исторического развития, физическая культура и спорт развивались практически одновременно, дополняя и обогащая друг друга. Однако изначально каждый из них имел отличительные черты и постепенно занимал в социальной жизни общества собственную нишу.

Говоря о соотношении физической культуры и спорта, не хотелось бы сводить рассуждения к вопросу, какое из этих явлений шире, является ли спорт составной частью физической культуры, или наоборот. Можно привести достаточно аргументов, подтверждающих ту или иную версию. В этом случае важно понимать, что основу спорта и физической культуры составляет деятельность, направленная на преобразование физического потенциала человека. Тем не менее эта деятельность имеет разную целевую направленность. А как известно, целеполагание определяет результат деятельности. Цели спортивной и физкультурной деятельности не

³[Бальсевич В.К., Наталов Г.Г., Чернышенко Ю.К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания // Теор. и практ. физ. культ. 1997, №6.](#)

совпадают, следовательно, разворачиваются разные по содержанию социальные процессы, которые определяют результат этой деятельности.

Спортивное воспитание обеспечивает и процесс познания, решает **образовательные задачи**. Спорт представляет собой особый тип творческой поисковой деятельности. Известно: для того, чтобы спортсмен достиг высокого спортивного результата, он должен многое знать, начиная с понимания сущности человека как социобиологического индивидуума до правил построения учебно-тренировочного процесса. Давно ушло в прошлое представление о спортсмене, как о человеке, которому нужны только **сила, ловкость, выносливость**. Только высокообразованная личность, обладающая спортивной культурой, способна завоевывать медали и одерживать настоящие победы.

Физическое воспитание решает также общекультурные задачи: образовательные, воспитательные, оздоровительные. Однако при этом используются средства общеразвивающих упражнений, элементов спорта, оздоровительные. Эффект физического воспитания обеспечивается благодаря правильно организованной физической активности, где соревновательный метод - лишь один из методов воспитания, но далеко не основной.

В последние годы начали употреблять понятие "**физкультурное воспитание**", цель которого - **формирование физической культуры личности**. В основу физкультурного воспитания положен принцип единства двигательного, интеллектуального и социально-психологического в процессе формирования физической культуры личности.

Проблема взаимоотношений физической и спортивной культур особенно остро проявляется **в развитии технологий физической и спортивной подготовки**. Высокие спортивные технологии, по существу, изменили систему спортивной тренировки, образовав тем самым, по словам В.К. Бальсевича [1], "пропасть" между физической культурой и культурой спортивной. В технологическом плане разрыв особенно очевиден. Если представители спорта высших достижений в последнее время демонстрируют величайший прогресс в самых разных видах спорта, то в физическом воспитании наблюдается явный застой. Успехов в этом направлении нет не только в российской и белорусской системе физического воспитания, но и в мировой.

Большинство прогрессивных стран мира озабочены проблемой состояния здоровья подрастающего поколения, наличием у населения избыточного веса, других последствий низкой физической активности людей.

2.Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания

1. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.
2. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания.

Установка на организацию условий, необходимых для освоения культурологического потенциала физического и спортивного воспитания может быть отображена в формулировках основных направлений и функций инфраструктуры воспитания детей, подростков и молодежи в спортивно ориентированных формах:

1.Создание организационно-педагогических условий привлекательности для обучающихся содержания и направленности занятий физическими упражнениями, играми и оздоровительными мероприятиями на уроках физической и (или) спортивной культуры.

2.Обеспечение соответствия обучающих и тренирующих воздействий на учебно-тренировочных занятиях особенностям их возрастной изменчивости моторики и психики, индивидуальным морфофункциональным особенностям, физкультурно-спортивным склонностям и интересам.

3.Активное и системное использование новейших технологий физического и спортивного воспитания детей, подростков и молодежи.

4.Целенаправленное и приоритетное освоение обучающимися эстетических, нравственных, духовных и здоровьесформирующих ценностей физической и спортивной культуры и стимуляция положительного отношения школьников к предмету «Физическая культура».

5.Реализация обязательных трехразовых в неделю уроков физической (спортивной) культуры, вынесенных за пределы академического расписания общим объемом от 135 до 270 мин.

6.Разработка принципиально новых проектов учебно-спортивных сооружений, обеспечивающих необходимые и достаточные возможности для реализации современных наукоемких технологий преподавания физической культуры, оснащенных диагностическими и тренажерными комплексами и системами оперативного контроля состояния занимающихся, информационной поддержки учебно-тренировочного процесса на уроках физической культуры.

7.Реструктуризация системы школьных спортивных сооружений в направлении создания мощных межшкольных многоцелевых комплексов для использования несколькими образовательными учреждениями и спортивных комплексов для отдельных образовательных учреждений с универсальными возможностями трансформаций оборудования, конфигураций мест занятий и т.п. При определенных условиях этот вариант мог бы быть дополнен специально созданными возможностями проведения уроков физической культуры на местности (в лесу, парке, на открытой спортивной площадке и т.п.).

8. Подготовка и переподготовка педагогических кадров, способных работать на уровне современных требований к качеству образовательного процесса по физической культуре в школах.

Литература:

1. [Бальсевич В.К., Наталов Г.Г., Чернышенко Ю.К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания // Теор. и практ. физ. культ. 1997, №6](#)
2. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 года. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.
3. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / А. М. Максименко. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.
5. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов : учеб. пособие / Л. П. Матвеев. – Киев : Олимпийская литература, 1999. – 319 с.

ТЕМА 2. КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ТЕНДЕНЦИЯХ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Лекция 2.1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии

Физическая культура включает в себя способы деятельности, осуществляющей социальное преобразование тела человека, развитие двигательных способностей, физическое совершенствование и становление определенных личностных качеств.

Место спорта в пространстве физической культуры определяется прежде всего его способностью выявлять границы предельной реализации возможностей, которыми обладает человеческая телесность.

Спорт демонстрирует, какими могут и должны быть природные (хотя и социально-модифицированные) силы человека. В свою очередь, человек, вовлеченный во все другие сферы физической культуры (и культуры вообще), может ориентироваться на эти показатели.

И это свое предназначение (сущность) спорт реализует в рамках физической культуры, а не вне них.

В последней трети века на развитие спорта в мире ежегодно тратилось немногим меньше, чем на гонку вооружений. Это позволило создать великолепный набор высоких технологий управления процессом индивидуального развития и достижения предела человеческих возможностей в сфере активной двигательной деятельности. Спорт создал разветвленную инфраструктуру, обзавелся рядом уникальных, в том числе международных, социальных институтов, высочайшим научным и кадровым потенциалом, по своей технологической вооруженности не имеющим, пожалуй, равных в социально-культурной сфере.

Лекция 2.2. Взаимообусловленность функций и форм физической культуры

План

1. Отражение в социальной структуре физической культуры и особенностей ее формирования.
2. Проблема определения структурно-функциональных особенностей и разработки технологий видов и разновидностей физической культуры: базовой и базово-продолжающей; специализированно-прикладной; спортивной; адаптивной; оздоровительно-реабилитационной; повседневной-бытовой.

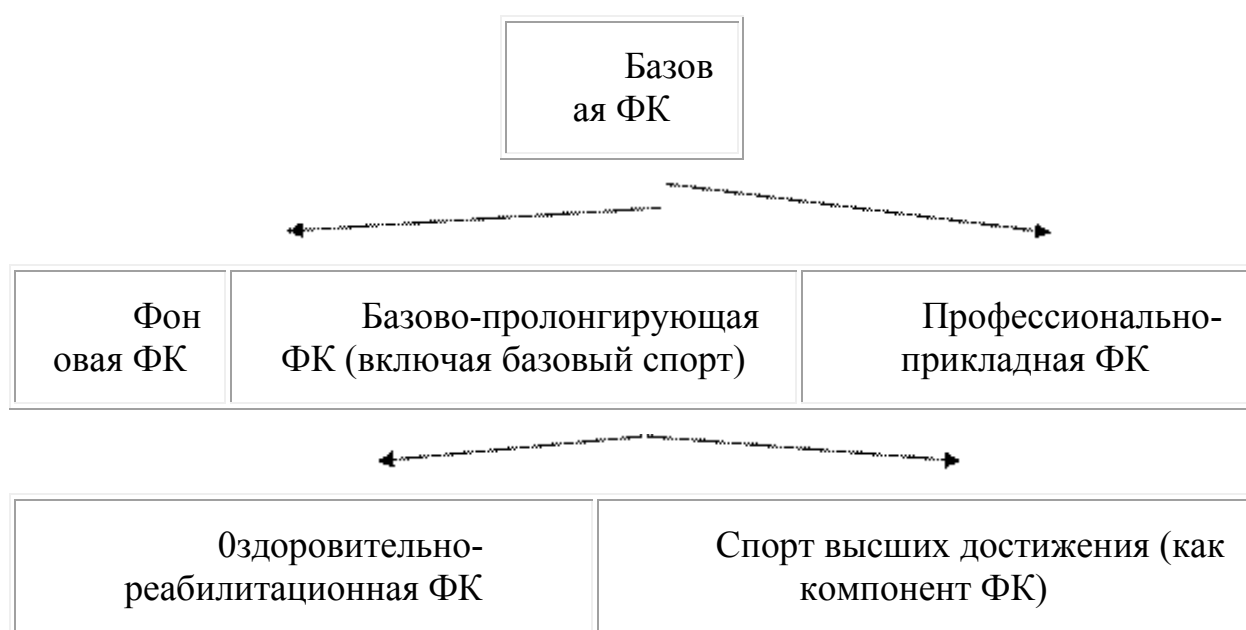
При анализе функций физической культуры необходимо руководствоваться структурно-функциональным подходом. Данный подход обязывает рассматривать функции физической культуры в единстве с ее сложившимися *формами, которые представляют собой ее структурную упорядоченность, выраженную в сформированности видов и разновидностей физической культуры.*

Кроме того, на разнообразие форм и функций физической культуры мощное воздействие оказывают особенности тех сфер жизнедеятельности человека и общества, в которые включены различные виды физической культуры. Так, физическая культура, включенная в систему образования-воспитания подрастающего поколения, приобретает черты образовательно-воспитательного предмета, в ней особенно выражены функции обучения основным жизненно важным двигательным умениям и навыкам, а также разностороннего воспитания основных физических способностей индивида.

Соответственно, система физкультурных занятий приобретает здесь формы, типичные для педагогически направленного процесса (урочные формы).

В отличие от этого, компоненты физической культуры, непосредственно включенные в рациональную организацию производительного труда (производственная физическая культура),

формируются и функционируют под сильным влиянием закономерностей оперативной оптимизации производительности труда и его влияния на текущие состояние работающих. Соответственно, здесь практикуются своеобразные формы (малые) физкультурных занятий (вводная гимнастика, физкультпаузы, послерабочие сеансы комплексов физических упражнений восстановительной направленности). Из вышеизложенного видно, что для верного анализа форм различных компонентов физической культуры необходимо, кроме всего прочего, иметь ввиду их зависимость от особенностей социальных сфер и структур, в которые включены те или иные компоненты и которые во многом обуславливают выделение различных частей физической культуры в обществе с относительным обособлением ее разделов, видов и разновидностей (рис. 1).



▼ Рис. 1. Структурная схема различных видовых компонентов физической культуры

Понятия «раздел», «вид» и «разновидность» в данном случае имеют в основном тождественный смысл и указывают на обособление явлений физической культуры. Но вместе с тем они имеют и некоторые смысловые различия. Так, понятие «раздел» подчеркивает факт разграниченности неодинаковых явлений физической культуры в их совокупности в обществе. Понятие «вид» отмечает структурную сформированность ее компонентов в рамках того или иного раздела, их типовую определенность. Понятие «разновидность» указывает на некоторые групповые различия компонентов внутри вида.

Выделение видовых признаков и их внутривидовых градаций необходимо для четко обоснованной классификации явлений физической культуры и рационального практического отношения к ним.

Лекция 2.3 Спортсизация физического воспитания школьников

План

1. Основные направления, принципы и цели спортсизации физического воспитания в общеобразовательной школе.
2. Основные положения методики преподавания спортивного образования.

Спортсизацию рассматривают как модернизацию физического воспитания и тренировочного процесса, а также как создание условий для развития детско-юношеского спорта, его вседоступности и эффективности привития спортивной культуры в процессе спортивных занятий⁴.

Эксперименты и педагогический опыт показывают, что повышение эффективности занятий физической культурой через спортсизацию содействует формированию не только здоровых людей, но и людей образованных, толерантных, способных принимать сильные ответственные решения, прогнозируя их последствия и ответственность за результат. Особенную роль в появлении названных качеств содействуют командные спортивные игры, связанные с разработкой технологии спортсизации школ для развития спортивно одаренных детей и подготовку спортивного резерва.

Попытки решения проблемы совершенствования физического воспитания учащейся молодежи предпринимались многими учеными, специалистами, управленцами и педагогами в нашей стране. Известны опубликованные работы Л. И. Лубышевой, В. И. Лях, В. К. Бальсевича, Бондарчука А. П., Григорьева П. А., Гордон С. М., Кострова, Н. Н., Раевского Р. М., занимающихся непосредственно «спортсизацией физического воспитания как ключевой проблемой». Результаты педагогического эксперимента Б. К. Бальсевича показали не только значительное улучшение динамики показателей физической подготовки школьников, но и «коренное изменение отношения подростков к занятиям по физическому воспитанию» [1]. Щетинина С. Ю. подготовила и опубликовала учебное пособие «Спортсизации физического образования». Бондарчук А. П. издал пособие по спортсизации физического образования. Григорьев П. А., исследовал проблемы спортсизации физического воспитания

⁴[Бальсевич В.К., Наталов Г.Г., Чернышенко Ю.К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания // Теор. и практ. физ. культ. 1997, №6.](#)

в общеобразовательной школе. Гордон С. М. издал научно -метод. пособие «Спортивная тренировка в школе». Лях В. И. предложил ориентиры перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе . Раевский Р. М., рассматривает спортизацию физического воспитания как важную проблему современности .

Лубышева Л. И. раскрыла сущность спортивной культуры в школе . Щетинина С. Ю. опубликовала учебное пособие «Спортизация физического образования»⁵. Кострова Н. Н. защитила диссертацию на тему: «Формирование физической культуры школьников на основе спортизации физического воспитания». По мнению В. К. Бальсевича, «результатом интеграции избранных элементов спортивной культуры и спортизированного физического воспитания может стать обогащение национальной культуры бытия на основе достояния спортивной культуры и потенциальное влияние на спорт высших достижений, выявление и развитие спортивного таланта с дошкольного возраста [1].

Среди организационно-методических принципов формирования физической культуры личности на основе спортизации физвоспитания наиболее актуальными являются: установка на формирование спортивного образования на основе комплекса ценностей спортивной культуры;

-спортизация физического воспитания на инновационной основе;

- гармоничность в подборе средств спортивного развития личности обучающегося; свобода выбора обучающимися вида спорта и спортивных соревнований, ибо возможность свободного выбора — основа физической активности;

- единство и взаимосвязь усвоения базового и вариативного компонентов содержания физического воспитания;

- конверсия эффективных технологий спортивной, общекондиционной и оздоровительной тренировок;

-объединение в учебно-тренировочные группы относительно однородных по физкультурно-спортивным интересам и способностям участников тренировок;

--создание условий для накопления потенциала и опыта социальной активности и толерантности;

⁵ Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике [Текст] : [монография] / [Л. И. Лубышева, А. И. Загrevская, А. А. Передельский и др.] ; под ред. проф. Л. И. Лубышевой. - Москва : Теория и практика Теория и практика физической культуры и спорта, 2017. - 199 с.

-единство соревновательной и учебно-тренировочной деятельности;

- создание возможностей для освоения ценностей физической культуры и спорта через использование здоровьесберегающих технологий тренировки в учебно-тренировочных группах .

По мнению Наталова Г. Г. необходим индивидуальный подход в подборе физических нагрузок для детей школьного возраста с различным типом функционального состояния их организма. В условиях массовой школы возможно выстраивание определенной педагогической деятельности, где бы и учителя, и ученики проявляли личную активность по выстраиванию собственной программы образования (как в плане обученности, так и в плане развития). Это предполагает совместное (ученик-учитель-родитель) проектирование деятельности, направленной на саморазвитие ученика, на совместный выбор методов, средств, темпов и пр. по реализации этой деятельности, совместный отбор целей и задач саморазвития и пр.

Спортивно ориентированное физическое воспитание школьников имеет свои организационные формы. Так спортизированная концепция, основанная на использовании средств и методов спортивной подготовки в школьником физическом воспитании, по механизму конверсии приемлемых элементов спортивной культуры, предложенная В. К. Бальсевичем включает следующие организационно-методические положения:

- тренировочная направленность уроков физической культуры;**
- осуществление физкультурного образования обучающихся в форме обязательных учебно-тренировочных занятий, проводимых за пределами академического расписания;**
- объединение учащихся по интересу к виду спорта, общеразвивающей и оздоровительной физической активности в учебно-тренировочные группы без жесткой привязанности к календарному возрасту;**
- организацию занятий не менее трех раз в неделю; – использование возможности кооперации нескольких общеобразовательных школ, ДЮСШ, ДЮКФП, с целью объединения потенциала материально-технической спортивной базы и педагогического коллектива;**
- введение спортивной культуры как учебного предмета общеобразовательной школы;**
- школьные спортивные секции и клубы, спортивные команды с предоставлением ученикам свободы выбора вида занятий, возможности перехода из группы в группу;**

– использование командных спортивных игр для которых не подходят примитивные уроки.

Литература:

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
2. Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К. Бальсевич. – М.: Советский спорт, 2009. – 220 с.
3. Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике [Текст] : [монография] / [Л. И. Лубышева, А. И. Загrevская, А. А. Передельский и др.] ; под ред. проф. Л. И. Лубышевой. - Москва : Теория и практика физической культуры и спорта, 2017. - 199 с.

РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Лекция 3.1. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания области физической культуры в Республике Беларусь

План

1.Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания

2.Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания

Программно-нормативные основы. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту: программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, армии и т.д. Эти программы содержат научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований.

Основу нормативной оценки физической подготовленности составляют:

1. Программы по ФВ (дошкольников в учреждениях воспитания).
2. Программы ФК и здоровья (учреждения общего среднего образования, учреждения профессионально-технического и среднего специального образования и УВО).
3. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь, состоящий из трех программ (физкультурно-оздоровительная, физкультурно-спортивных многоборий, мотивации и стимулирования занятий ФКиС) и нормативов с учетом половозрастных и иных факторов.

4. Единая спортивная классификация Республики Беларусь.

Уровень физической подготовленности может быть *низким, ниже среднего, средним, выше среднего, высоким*.

Уровень физической подготовленности учащихся оценивают при помощи тестовых упражнений по десятибальной шкале. Физическое воспитание осуществляется на основе обязательных государственных программ по физической культуре и спорту (программы для дошкольных учреждений, общеобразовательной школы, средних и высших учебных заведений, армии и т.д.). Эти программы содержат научно обоснованные задачи и средства физического воспитания, комплексы двигательных умений и навыков, подлежащих усвоению, перечень конкретных норм и требований.

Программно-нормативные основы системы физического воспитания конкретизируются применительно к особенностям контингента (возраст, пол, уровень подготовленности, состояние здоровья) и условиям основной деятельности участников физкультурного движения (учеба, работа на производстве, служба в армии) в двух основных направлениях: общеподготовительном и специализированном.

Общеподготовительное направление представлено, прежде всего, физическим воспитанием в системе общего обязательного образования. Оно обеспечивает: базовый минимум всесторонней физической подготовленности; необходимый в жизни основной фонд двигательных умений и навыков; доступный каждому уровень разностороннего развития физических способностей. **Специализированное** направление (спортивная тренировка, производственно-прикладная и военно-прикладная физическая подготовка) предусматривает углубленное совершенствование в избранном виде двигательной деятельности на базе широкой общей подготовки с возможно высоким (в зависимости от индивидуальных способностей) уровнем достижений.

В программно-нормативных основах находят конкретное воплощение основные принципы физического воспитания (принципы всемерного содействия всестороннему гармоническому развитию личности, прикладной и оздоровительной направленности).

Физическое развитие. Это процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей.

Физическое развитие характеризуется изменениями трех групп показателей.

1. Показатели телосложения (длина тела, масса тела, осанка, объемы и формы отдельных частей тела, величина жировотложения и др.), которые характеризуют, прежде всего, биологические формы, или морфологию, человека.

2. Показатели (критерии) здоровья, отражающие морфологические и функциональные изменения физиологических систем организма человека. Решающее значение на здоровье человека оказывает функционирование сердечно-сосудистой, дыхательной и центральной нервной систем, органов пищеварения и выделения, механизмов терморегуляции и др.

3. Показатели развития физических качеств (силы, скоростных способностей, выносливости и др.).

Примерно до 25-летнего возраста (период становления и роста) большинство морфологических показателей увеличивается в размерах, и совершенствуются функции организма. Затем до 45–50 лет физическое развитие как бы стабилизировано на определенном уровне. В дальнейшем, по мере старения, функциональная деятельность организма постепенно ослабевает и ухудшается, могут уменьшаться длина тела, мышечная масса и т.п.

Выбирая физические упражнения и определяя величину их нагрузок, согласно закону упражняемости можно рассчитывать на необходимые адаптационные перестройки в организме занимающихся. При этом учитывается, что организм функционирует как единое целое. Поэтому, подбирая упражнения и нагрузки, преимущественно избирательного воздействия, необходимо отчетливо представлять себе все стороны их влияния на организм.

Лекция 3.2 Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания

План

1. Концепция развития системы общего непрерывного образования в области физической культуры в Республике Беларусь
2. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания

В 2000 г. Министерство образования Республики Беларусь делает попытку разработать концептуальные основы развития педагогического образования. Постановлением Совета Министров была одобрена подготовленная группой ученых Концепция развития педагогического образования в Республике Беларусь и утверждена программа реализации

данной Концепции ⁶. Концепция определяла стратегию развития непрерывного педагогического образования, согласно которой к 2010 г. в Республике Беларусь должно быть завершено создание национальной системы педагогического образования.

С учетом принципа **"образование через всю жизнь"** в Республике Беларусь 1 сентября 2011 г. принят Кодекс Республики Беларусь об образовании. Принятие Кодекса завершает процесс формирования стабильной, полной и последовательной системы всех уровней образования в республике: дошкольного, общего среднего, профессионально-технического, среднего специального, высшего и послевузовского. Разработка Кодекса позволяет обеспечить реализацию принципа непрерывности образования при дальнейшем совершенствовании системы образования Республики Беларусь [2].

1.1. Концепция развития педагогического образования на **2015-2020** годы (разработанная в БГПУ) определяет приоритетные направления совершенствования системы в современных социально-экономических условиях и прогнозирует возможности повышения ее социальной эффективности.

1.2. Нормативно-правовую базу настоящей Концепции составляют: Конституция Республики Беларусь; Национальная стратегия устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь на период до 2020 года; Государственная программа инновационного развития Республики Беларусь на 2011–2015 годы; Программа совершенствования научной сферы Республики Беларусь и т.д. в аспекте совершенствования системы педагогического образования и повышения квалификации педагогических работников.

1.3. Концепция разработана с учётом отраслевых нормативно-правовых актов: Кодекса Республики Беларусь об образовании и т.д.

Особый интерес представляет "система непрерывного физкультурного образования".

Проблема непрерывного образования в целом и ее отдельные аспекты разрабатывались В.И. Масловым и Н.Н. Зволинской .

Е.П. Каргополов и В.В. Приходько **рассматривают непрерывное физкультурное образование** как процесс формирования целостной, всесторонне развитой личности средствами физической культуры и спорта, обеспечивающий преемственность на каждом уровне определенных фаз, этапов, поступательный мотивированный характер развития профессиональных способностей специалиста физической культуры .

⁶Концепция развития педагогического образования в Республике Беларусь. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 18 апр. 2000 г., № 527. - Мн., БГПУ им. М. Танка, 2000. - С. 3-13.

Развивая свое понимание непрерывного физкультурного образования, они видят в нем особый социальный институт, выполняющий три основные функции:

- 1) **экономическую** - участие в воспроизводстве трудовых ресурсов посредством формирования соответствующих физических способностей;
- 2) **социальную** - всестороннее развитие личности;
- 3) **биологическую** - укрепление здоровья и воспитание способностей преодолевать неблагоприятные условия внешней среды.

Проблема непрерывности физкультурного образования во взаимосвязи и взаимозависимости двух сторон одного явления рассматривается Масловым В.И. и Зволинской Н.Н. как непрерывное образование личности, **имеющее целью формирование физически культурного человека, и как непрерывное профессиональное физкультурное образование, целью которого является подготовка специалиста, способного осуществлять и обеспечивать на всех уровнях педагогически организованное непрерывное образование различных социально-демографических групп и создавать им условия для физкультурного самообразования.**

Е.П. Каргаполов в структуре непрерывного физкультурного образования выделяет подсистемы:

1. **Базовое физкультурное образование.**
2. **Начальное физкультурное образование.**
3. **Специальное физкультурное образование.**
4. **Специальное (профессиональное) физкультурное образование.**
5. **Последипломное физкультурное образование.**

Подсистема базового физкультурного образования по Е.П. Каргаполову является основой, специального физкультурного образования. Это развернутый процесс, начинающийся в семье, детских дошкольных учреждениях, общеобразовательной школе. **Базовое физкультурное образование** - это основа начального специального физкультурного образования, которое обеспечивается сетью специализированных спортивных учреждений (**ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ** и др.), специализированных классов в общеобразовательных школах.

Специальное (профессиональное) физкультурное образование обеспечивается созданной для этого сетью физкультурных учебных заведений.

Подсистема **последиplomного физкультурного образования** мало исследована и представлена лишь особенностями: на разных этапах работы физкультурным кадрам необходимы разные формы повышения квалификации.

Л.С. Козырина⁷ считает, что непрерывное профессионально-педагогическое физкультурное образование в Республике Беларусь

⁷. [Козырина Л.С. Развитие физкультурного образования в Республике Беларусь / М.Е. Кобринский \(гл. ред.\) \[и др.\] // Современный олимпийский спорт и спорт для всех :](#)

ориентировано на подготовку физкультурных кадров, начиная со специализированных классов общеобразовательных учреждений с последующим обучением учащихся в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), в детско-юношеских клубах физической подготовки (ДЮКФП), в специализированных детско-юношеских школах олимпийского резерва (СДЮШОР), в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ), в республиканском (РУОР) и областных (ОУОР) училищах олимпийского резерва, на факультетах физического воспитания, а также в УО "Белорусский государственный университет физической культуры".

Согласно Кодексу Республики Беларусь об образовании [2] систему образования в Республике Беларусь можно представить в виде уровней (рис. 1). При этом образование подразделяется на **основное, дополнительное и специальное.**

Основное образование - обучение и воспитание обучающихся посредством реализации образовательных программ. Основное образование в Республике Беларусь реализуется на следующих уровнях: **дошкольное, общее среднее, профессионально-техническое, среднее специальное, высшее, послевузовское образование.** Единство и непрерывность основного образования обеспечиваются преемственностью уровней образования, согласованностью содержания основных образовательных программ и наличием соответствующих учреждений образования.

В отличие от **основного, дополнительное образование** предполагает обучение и воспитание обучающихся посредством реализации дополнительных образовательных программ. **Дополнительное образование** детей и молодежи направлено на развитие личности воспитанника, формирование и развитие его творческих способностей, удовлетворение индивидуальных потребностей, адаптацию к жизни в обществе, организацию свободного времени, профессиональную ориентацию.

Особый интерес представляет **дополнительное образование взрослых** - самостоятельное направление системы непрерывного образования, которое обеспечивает социальную адаптацию, профессиональное развитие и самореализацию человека в период его самостоятельной жизни. Дополнительное образование может осуществляться на всех уровнях основного образования [2].

В связи с произошедшими изменениями в Республике Беларусь в системе общего среднего образования в целом и в системе физического воспитания в частности: переходом на одиннадцатилетнее обучение;

отказом от профильного образования;

изменением названия учебного предмета "Физическая культура" и содержания учебных программ;

уменьшением количества уроков по физической культуре в неделю;

введением факультативных занятий и др., требуется уделить особое внимание углубленному довузовскому обучению в учреждениях общего среднего образования, так как именно там готовят будущих студентов.

Эффективность подготовки специалистов по физической культуре и спорту в вузе зависит от того, насколько вчерашний абитуриент и сегодняшний студент включится в относительно новую для него учебно-педагогическую деятельность. Отсюда становится очевидной **необходимость соблюдения преемственности довузовского и вузовского этапов** непрерывного физкультурного образования будущих специалистов. Приобретенный опыт на этапе довузовского образования способствует органичному вхождению студентов в будущую профессию.

Высшее профессиональное образование (ВПО) является следующей ступенью и выступает в качестве самостоятельного заверченного уровня образования.

Выпускник вуза, получивший квалификацию учителя физической культуры, должен быть компетентен решать профессиональные задачи в области физического воспитания различных возрастных контингентов населения, в том числе в учреждениях общего среднего образования.

Дополнительное образование взрослых (ДОВ) - одна из важнейших подсистем непрерывного образования взрослых, которая включает в себя обучение в организациях, обучающие курсы, специальную подготовку, стажировку, переподготовку, повышение квалификации и самообразование. Оно занимает наиболее продолжительный период в жизни человека и в системе его непрерывного образования. Целью дополнительного образования взрослых является в сфере физической культуры и спорта является повышение профессиональных знаний, совершенствование умений, навыков ключевых компетенций специалистов и подготовка их к выполнению новых трудовых функций.

Процесс профессионально-педагогической подготовки учителя физической культуры включает теоретическую подготовку, практическую подготовку и социально-личностную, так как личностный фактор остается определяющим в каждом звене системы непрерывного образования.

3.2. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания

Профильное педагогическое образование на третьей ступени общего среднего образования

В структуру непрерывного педагогического образования с 2014 года включена третья профильная ступень общего среднего образования (10-11 классы). В целях привлечения на педагогические специальности наиболее мотивированных выпускников учреждений общего среднего образования возрождается практика работы профильных педагогических классов.

Педагогические классы открыты в 11 школах г. Минска и Минской области. В них обучается около 250 человек. В Гродненской области действует 123 класса / группы (767 учащихся) педагогической направленности, в которых реализуется программа факультативных занятий для учащихся 10-х классов «Профессия - педагог».

Созданию системы отбора лучших и мотивированных учащихся на педагогические специальности способствовало открытие на базе БГПУ в 2014 году очно-заочной педагогической гимназии для учащихся 10-11 классов, в которой обучаются около 200 учащихся из г. Минска и Минской области. Суть допрофессиональной подготовки заключается в углубленном изучении обучающимися определенных учебных предметов (математики, физики, истории, физической культуры и др.) с включением психолого-педагогических дисциплин, которые воспитывают ценностное отношение к педагогической деятельности и педагогической профессии, помогают учащимся самоопределиться в её выборе.

Среднее специальное педагогическое образование

В структуре непрерывной подготовки педагогических кадров предусмотрена возможность получения среднего специального педагогического образования на базе колледжей (3-4 года обучения).

Обучение в педагогическом колледже отличается практикоориентированностью приобретаемых знаний и умений, достаточной общепедагогической подготовкой. Выпускники педагогических колледжей могут работать в учреждениях дошкольного и общего среднего образования и имеют возможность получить высшее образование в сокращенные сроки.

Подготовку педагогических со средним специальным образованием осуществляют 20 колледжей по 9 специальностям.

Численность обучающихся в колледжах в 2013/2014 учебном году составляла 7,04 тыс. человек. Подготовка по специальности «Дошкольное образование» ведется в 14 колледжах; «Начальное образование» – в 9 колледжах; «Иностранный язык» – в 7 колледжах; по специальности «Физическая культура и спорт» – в 4 колледжах.

Высшее педагогическое образование

Подготовка педагогических кадров с высшим образованием ведется по 31 специальности в 15 учреждениях высшего образования республики: в **4 профильных** (Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина, Минский государственный

лингвистический университет, Белорусский государственный университет физической культуры); 9 классических (Белорусский государственный университет, Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина, Могилёвский государственный университет имени А.А. Кулешова, Гродненский государственный университет имени Я. Купалы, Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины, Витебский государственный университет имени П.М. Машерова, Полоцкий государственный университет, Барановичский государственный университет, Полесский государственный университет); а также Белорусский национальный технический университет и Минский государственный высший радиотехнический колледж.

В настоящее время на уровне высшего педагогического образования реализуется двухступенчатая система подготовки педагогических кадров: специалистов и магистров.

Первая ступень (4-5 лет обучения) обеспечивает подготовку специалистов с высшим образованием, обладающих фундаментальными и специальными знаниями и навыками в соответствии с профилями подготовки, которые могут работать в учреждениях образования всех уровней.

Вторая ступень высшего образования – магистратура (1-2 года) – обеспечивает формирование знаний и навыков научно-педагогической, научно-исследовательской и инновационной деятельности. Окончание магистратуры даёт право на последующее обучение в аспирантуре и (или) на трудоустройство с учетом профиля и квалификации специалиста.

Особенностью в подготовке специалистов образования на второй ступени стало открытие практико-ориентированной управленческой магистратуры, выпускники которой могут работать менеджерами в учреждениях образования.

Литература:

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании от 13.01.2011 г. № 243-З : включен в Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь 17 января 2011 г. № 2/1795.
2. [Козырина Л.С. Развитие физкультурного образования в Республике Беларусь](#) / М.Е. Кобринский (гл. ред.) [и др.] // [Современный олимпийский спорт и спорт для всех](#) : материалы XI Международного научного конгресса; Минск, 10-12 октября 2007 г. - Минск : БГУФК, 2007. Ч.1. - С. 397-400.
3. Концепция развития педагогического образования в Республике Беларусь. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 18 апр. 2000 г., № 527. - Мн., БГПУ им. М. Танка, 2000. - С. 3-13.

ТЕМА 4. ОПТИМИЗАЦИЯ СТРУКТУРЫ МНОГОЛЕТНЕГО ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Лекция 4.1. Феномен двигательной активности и современная методология его исследования

ПЛАН

1. Факторы биологического характера, детерминирующие двигательную активность.

2. Концепция двигательной активности человека как системы представлений об основных закономерностях управляемого развития и утилизации двигательного потенциала человека

3. Детерминированность содержания двигательной активности закономерностями возрастного моторного и психического развития.

Движение является условием нормального функционирования организма, биологической потребностью человека, формирование которой складывалось в ходе эволюционного развития. Возрастная динамика биологической потребности человека в движениях (кинезофилии) может быть представлена в виде кривой с постепенным подъемом к возрасту 20-22 года, образованием плато в период выполнения определенных социальных ролей и плавным снижением к старости.

Современные условия жизни, обусловленные развитием техники, транспорта и улучшением быта, нередко вызывают уменьшение объема двигательной активности (ДА)

Количественное уменьшение объема и интенсивности движений у человека появилось сравнительно в короткий исторический срок и продолжает нарастать чрезвычайно быстро. Возникла серьезная и обширная проблема профилактики **гипокинезии** (снижение двигательной активности)

Под двигательной активностью понимается сумма движений, выполняемых в процессе повседневной жизни.

В количественном отношении **суточная** двигательная активности (СДА) может быть оценена по величине основных локомоций (количество шагов) и объему выполненной при этом работы; по соотношению анатомического и статического компонентов в режиме дня (в %) и по времени, затраченному на выполнение отдельных физических упражнений.

Качественная сторона характеризует **содержание** двигательной активности. К ней относятся форма занятий, характер физических упражнений, способы организации занимающихся при их выполнении.

Двигательная активность человека обуславливается характером трудовой деятельности, условиями быта, занятиями физическими упражнениями и активным отдыхом.

Основным критерием нормирования СДА является динамика морфо-функциональных показателей физического развития и состояние здоровья человека.

Для организма доступен различный диапазон уровней двигательной активности, оптимальный из них-наиболее благоприятен для развития человека и его здоровья.

Двигательная активность за пределами гигиенической нормы (как в сторону снижения, так и повышения) приводит к утрате оздоровительного эффекта. Так, известно, что чрезмерная двигательная активность (гипердинамика) снижает защитные силы организма, приводит к перенапряжению сердечно-сосудистой системы и дисгармонии в физическом развитии.

Потенциал здоровья может быть увеличен при правильном образе жизни и специальных тренировочных воздействиях или может снижаться при неблагоприятных воздействиях и невосполнимых утратах резервов.

Ключевые аспекты физического совершенствования. Необходимость формирования основ двигательного потенциала человека в первые месяцы жизни. Детерминированность содержания двигательной активности закономерностями возрастного моторного и психического развития. Обязательность двигательной активности человека в течение всей жизни.

Формирование и развитие потенциала здоровья достижимо только собственными усилиями человека, следовательно, зависит от его привычного двигательного режима, его собственной ДА, которая, по мнению В. К. Бальсевича, должна рассматриваться как главная сфера формирования физической культуры личности.

В. К. Бальсевич⁸ рассматривает физическую активность как целенаправленную двигательную деятельность человека, являющуюся природно- и социально детерминированной необходимостью и потребностью **организма и личности в поддержании гомеостаза, обеспечении морфологических, функциональных и биохимических условий реализации генетической и социокультурной программ их развития в онтогенезе.**

Объем двигательной активности – величина индивидуальная, складывающаяся под влиянием генетической программы и влияний внешней среды. Степень влияния внешних и внутренних факторов на двигательную активность существенно меняется с возрастом. Считается, что в дошкольном возрасте объем двигательной активности детерминируется в основном биологическими факторами, а в школьном возрасте и у взрослых – преимущественно социальными.

⁸ Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К. Бальсевич. – М.: Советский спорт, 2009. – 220 с.

По данным ВОЗ, одна из характерных особенностей современного образа жизни состоит в сокращении объемов двигательной активности в сочетании с нервно-психическими перегрузками, что характерно как для взрослого, так и для детского населения. По данным всероссийского мониторинга, среди учащихся начальных классов более 80 % девочек и 66 % мальчиков характеризуется низкой двигательной активностью.

Гипокинезия, вызывающая детренированность основных функциональных систем организма, – одна из наиболее серьезных проблем, угрожающих здоровью человека. В современных условиях следует говорить о социально обусловленной гипокинезии. **В настоящее время до 70 % детей** страдают недостатком двигательной активности, последствиями которого является снижение работоспособности и рост заболеваемости.

Обеспечение оптимального уровня двигательной активности и формирование устойчивой потребности в движении – одна из многочисленных функций физического воспитания, способствующих достижению его обобщающей цели – формированию физической культуры личности. Физическая культура является и целью, и одновременно важнейшим условием становления и саморазвития личности. **Процесс** физического воспитания, воздействуя на духовную, познавательную, эмоциональную, волевую и телесную сферы личности, обеспечивает ее разностороннее развитие.

Очевидно, что социальное окружение оказывает значительное влияние на формирование различных видов деятельности. Установлено, что физическая активность родителей, учителей, друзей может влиять как на повышение, так и на снижение уровня физической активности учащихся.

В проведенных социологических исследованиях отмечается широкий спектр физкультурных и спортивных интересов школьников. Указывается, что эти интересы с возрастом ослабевают. Можно прийти к выводу, что с возрастом интерес к урокам ФК, не будучи закрепленными в устойчивый, начинает понижаться и сменяется пассивным отношением. Рассматривая всю совокупность интересов школьников, следует обратить внимание на то, что популярные увлечения их связаны главным образом с развлечениями, со зрелищами и гораздо меньше с практической деятельностью. Также можно судить, что значительное влияние на физическую активность детей школьного возраста оказывают условия социальной среды.

Необходимым условием гармоничного развития личности школьника является достаточная двигательная активность.

Исследования гигиенистов свидетельствуют, что до 82 – 85% дневного времени большинство учащихся находится в статическом положении (сидя). Даже у младших школьников произвольная двигательная деятельность (ходьба, игры) занимает только **16 – 19% времени суток**, из них на организованные формы физического воспитания приходится лишь **1 – 3 %**. Общая двигательная активность детей с поступлением в школу падает почти на **50%**, снижаясь от младших классов к старшим. **Установлено**, что двигательная активность в 9 – 10 классе меньше, чем в 6- 7 классе, **девочки**

делают в сутки меньше шагов, чем **мальчики**; двигательная активность в воскресные дни больше, чем в учебные. Отмечено изменение величины двигательной активности в разных учебных четвертях. Двигательная активность школьников особенно мала **зимой**; весной и осенью она возрастает.

Школьникам не только приходится ограничивать свою естественную двигательную активность, но и длительное время поддерживать неудобную для них статическую позу, сидя за партой или учебным столом.

Мало подвижное положение за партой или рабочим столом отражается на функционировании многих систем организма школьника, особенно сердечно-сосудистой и дыхательной. **Отрицательные последствия** гипокинезии проявляется так же в сопротивляемости молодого организма “простудным и инфекционным заболеваниям”, создаются предпосылки к формированию слабого, нетренированного сердца и связанного с этим дальнейшего развития недостаточности сердечно – сосудистой системы. **Гипокинезия** на фоне чрезмерного питания с большим избытком углеводов и жиров в дневном рационе может привести к ожирению.

Единственная возможность нейтрализовать отрицательное явление, возникающего у школьников при продолжительном и напряжённом умственном труде, - это **активный отдых от школы и организованная физическая деятельность**.

Двигательный режим школьника складывается в основном из утренней физзарядки, подвижных игр на школьных переменах, уроках физической культуры, занятия в кружках и спортивных секциях, прогулок перед сном, активного отдыха в выходные дни.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод. **Очень важно с самого раннего возраста закладывать в детей понимание необходимости в двигательной активности и любви к физическим нагрузкам.**

Интерпретация основных понятий.

Теоретическая интерпретация:

Физкультурно-спортивная активность (ФКСА) – это критерий физкультурно-спортивной деятельности. Можно рассматривать как объективный интегральный показатель вовлечённости личности в социальную деятельность, в данном случае физкультурно-спортивную.

Физкультурно-спортивный интерес (ФКСИ) – форма осознания человеком потребности в занятиях физическими упражнениями и спортом, целенаправленное стремление заниматься каким-либо видом спорта.

Физкультурно-спортивная потребность - один из главных побудительных факторов физкультурно-спортивной активности человека, характеризуется наличием у него желания в физическом совершенствовании и формировании на этой основе физкультурных и спортивных интересов.

Индивидуальные факторы физкультурно-спортивной деятельности – сюда можно отнести состояние здоровья занимающихся, состояние материальной спортивной базы, направленность учебного

процесса по физической культуре и содержание занятий, уровень требований учебной программы, личность преподавателя, частота проведения занятий, их продолжительность и эмоциональная окраска.

Субъективные факторы физкультурно-спортивной деятельности – определяющие потребности, интересы и мотивы включения подростков в активную деятельность. К ним можно отнести: удовлетворение, соответствие эстетическим вкусам, духовное обогащение, развитие познавательных способностей, понимание личностной и общественной значимости занятий.

Поддержание определенного уровня ДА способствует укреплению здоровья, сохранению их высокой работоспособности развитию силы выносливости, быстроты движений и ловкости, высокой координации движений - **всех тех физических и психических качеств, которые необходимы человеку для овладения профессиональным мастерством**

Практика показала, что необходимо разрабатывать оптимальные режимы двигательной активности, компенсирующие средствами физической культуры производственную, учебную и бытовую **гипокинезии**, для различных групп населения, дифференцируя их в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья и физической подготовленности.

Лекция 4.2. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса

План

1. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных возрастных контингентов;
2. Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.

Физическое воспитание в образовательных учебных заведениях и дошкольных учреждениях происходит на основе государственных образовательных программ, также используется внеучебная физкультурно-оздоровительная и спортивная работа. С обучающимися, имеющими отклонения в развитии, занятия проводятся в рамках индивидуальной программы реабилитации. В физическом воспитании населения принимают участие учреждения дополнительного образования: спортивные школы, секции, клубы и другие внешкольные и внеучебные физкультурно-оздоровительные и спортивные организации.

Администрации учреждений, организаций, предприятий и объединений обязаны создавать работникам условия для реализации их права на занятия физической культурой, включая реабилитационные, профессионально-прикладные занятия в режиме рабочего дня, послетрудовое восстановление, профилактические занятия, спортивно-массовую работу, спортивно-оздоровительный туризм. Управляющие органы создают условия для занятий физической культурой по месту жительства и в местах массового отдыха.

Администрация санаторно-курортных учреждений, домов отдыха и туристских баз обязана создавать условия для использования в процессе

отдыха и лечения различных компонентов физической культуры в целях укрепления здоровья отдыхающих, профилактики и лечения заболеваний.

Физическая подготовка военнослужащих и личного состава правоохранительных органов должна обеспечить выполнение ими воинского долга и основных служебных обязанностей. Командованием создаются необходимые для этого условия.

Развитие физической культуры и спорта среди инвалидов направлено на повышение их двигательной активности. Это непереносимое условие их всесторонней реабилитации и социальной адаптации. Этим занимаются образовательные учреждения, учреждения здравоохранения, социального обеспечения и организации физической культуры и спорта.

Целью отечественной системы физического воспитания является содействие формированию основ физической культуры личности, как важнейшего условия укрепления здоровья людей, формирования разумного, достойного облика современного человека, образа жизни.

Основными задачами физического воспитания населения Республики Беларусь являются:

- обеспечение общего физкультурного образования на основе освоения ценностей физической культуры (двигательных, интеллектуальных, нравственных, этических, эстетических, технологических);
- физическое совершенствование и укрепление здоровья как главное условие достижения высокого уровня умственной и физической работоспособности, профессионализма в социально значимых видах деятельности;
- индивидуально приемлемое развитие физического потенциала, обеспечивающее достижение необходимого уровня развития физических качеств и двигательных умений и навыков;
- формирование осознанной потребности в освоении ценностей здоровья, физической культуры и спорта;
- валеологическое образование как важнейший на современном этапе фактор формирования здорового образа жизни (ЗОЖ);
- формирование теоретических и инструктивно-методических знаний, умений и навыков, необходимых для физического самосовершенствования, и умений приобщать к таким занятиям других.

Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.

В последние годы инновационность в обучении и воспитании привлекает внимание не только педагогов, но и социологов, философов и психологов. По своему основному смыслу понятие «**инновация**» относится не только к созданию и распространению новшеств, но к преобразованиям, изменениям в образе деятельности, стиле мышления, который с этими новшествами связан.

Инновационность – это прежде всего открытость, проницаемость для иного, отличного от собственного, мнения. А именно, в готовности и умении отнестись к своей позиции не как к единственной возможной и истинной,

способность координировать свою точку зрения с другими и не рассматривать ее как ведущую.

В аспекте креативности и творчества данный подход взаимообусловлен реализацией идей креативной педагогики, как науки творческого обучения, целевая установка которой состоит в том, чтобы преобразовать учебное заведение в творческий процесс. Креативная педагогическая технология обучения с позиции философско-методологического основания креативной дидактики ориентирует систему профессионального образования на инновационный подход к обучению. (Алейников А. Г., Круглов Ю. Г., Попов В. В. и др.) Андрей Алейников, автор термина и концепции креативной педагогики, дал ей определение в виде формулы изобретения, точной словесной формулы, используемой в технологии для описания изобретений.

«Педагогика креативной ориентации, содержащая педагогическое воздействие на субъект для освоения определенного учебного материала (учебного предмета) и отличающаяся тем, что с целью повышения эффективности обучения педагогическое воздействие осуществляется на фоне центробежного надкритического взаимодействия, при этом обучаемый переводится из ранга объекта воздействия в ранг субъекта творчества (креативности), а традиционный (основной) учебный материал переводится из ранга предмета освоения в ранг средства достижения некоторой созидательной цели, дополнительный же материал содержит описание и показ действия эвристических приемов и методов»^[1].

Креативная педагогика была практически сразу признана (опубликована) за рубежом — в 1990^[2]. А авторы, например, Энциклопедического словаря-справочника не только включили статью о креативной педагогике, но также и прокомментировали ту необычную форму, в которой она была дана — формулу изобретения^[3].

Инновационное или креативное обучение, в отличие от традиционного создает новый тип образовательно-воспитательного процесса основанный на следующих основных положениях:

1. Целевая установка (в первом случае – формирование знаний, умений, навыков, во втором – развитие способности самостоятельно ставить и отыскивать решения новых нестандартных проблем, создавать в ходе проектной деятельности новые продукты – проекты).

2. Преобладающий тип и характер взаимоотношений (в первом случае – субъект-объектный, во втором – субъект-субъектный).

3. Характер и стиль взаимодействия (в первом случае – авторитарность, монологичность, закрытость, во втором – демократичность, диалогичность, открытость, рефлексивность).

4. Методы обучения (в первом случае – иллюстративно-объяснительные, информационные, во втором – проблемные, проблемного изложения, частично-поисковый, эвристические, исследовательские).

5. Ведущий тип деятельности, осваиваемый обучающимся (в первом случае – репродуктивный, воспроизводящий, во втором – продуктивный, творческий, проблемный).

6. Способы усвоения (в первом случае – заучивание, деятельность по алгоритму, во втором – поисковая деятельность, рефлексия).

7. Функции учителя (в первом случае – носитель информации, хранитель норм и традиций, пропагандист предметно-дисциплинарных знаний, во втором – организатор сотрудничества, консультант, управляющий поисковой работой учащихся).

8. Позиция ученика (в первом случае – пассивность, отсутствие интереса, отсутствие мотива к личностному росту, во втором – активность, наличие мотива к самосовершенствованию, наличие интереса к деятельности).

Данный подход в контексте информационной составляющей, заключающийся в том, что при изучении любого объекта, процесса или явления в природе и обществе в первую очередь выявляются и анализируются наиболее характерные для них информационные аспекты, которые существенным образом определяют их состояние и развитие. Осознание основной роли информации в природе и социальных явлениях и стало причиной появления нового фундаментального метода научного познания, который получил наименование информационного подхода. **Информационный подход** можно рассматривать как дальнейшее развитие метода системного подхода, которое дает ученому новые возможности для исследования сложных объектов, процессов и явлений в природе и обществе на основе использования общих свойств и закономерностей проявления информационных процессов.

В аспекте педагогической инноватики инновационный подход взаимообусловлен внедрением инноваций (нововведений), которые в свою очередь являются наиболее оптимальным средством повышения эффективности образования. Инновация в этом контексте означает новшество, новизну, изменение. Применительно к педагогическому процессу – это введение нового во все компоненты педагогической системы – цели, содержание, методы, средства и формы обучения и воспитания, организацию совместной деятельности учителя и учащихся, их методическое обеспечение. **Инновационный подход к обучению** или воспитанию означает введение и использование педагогических инноваций: целенаправленные изменения, вносящие в образовательную среду новшества, улучшающие характеристики отдельных частей, компонентов и самой образовательной системы в целом; процесс освоения новшества (новые средства, методы, технологии, программы, и т.д.); поиск новых методик и программ, их внедрение в образовательный процесс и творческое переосмысление.

Литература:

1.Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К. Бальсевич. – М.: Советский спорт, 2009. – 220 с.
<https://www.twirpx.com/file/2084880/>

2.Креативная педагогика: методология, теория, практика / Под ред. Ю.Г. Круглова. М.: МГОПУ им. М.А. Шолохова, изд. центр "Альфа", 2002, - 240 с.

3.Фурманов, А. Г. Теория и методика физического воспитания : пособие / А. Г. Фурманов, М. М. Круталевич, Л. И. Кузьмина ; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2014. – 416 с.

ТЕМА 5. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМАТИКА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Лекция 5.1. Современная теория обучения двигательным действиям.
Особенности этапов обучения двигательным действиям

ПЛАН

1. Проблема соответствия методов этапа обучения и их соотношение, способствующее стабилизации динамичности и вариативности двигательных умений и навыков.
2. Проблема соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств.

Одной из основных сторон физического воспитания, как и любого другого педагогического процесса, является обучение.

Обучение в физическом воспитании - организованный процесс передачи и усвоения систем специальных знаний и двигательных действий, направленных на физическое и психическое совершенствование человека. **Обучение двигательным действиям** - тот же самый педагогический процесс, но осуществляемый для решения более узких задач. Обучение действию есть процесс одновременного приобретения знаний, формирования двигательного умения и воспитания соответствующих физических качеств. Всё это сопутствует друг другу, но неоднозначно по своим средствам и методам.

Обучение каждому действию опирается на уже имеющиеся и вновь приобретаемые учеником знания. Знания в физическом воспитании - это определённая система фактов, понятий и закономерностей, лежащих в основе правильно организованного физического воспитания.

Физическая подготовленность человека характеризуется степенью развития основных физических качеств - силы, выносливости, гибкости, быстроты, ловкости. Совершенствование каждого из этих качеств способствует и укреплению здоровья. От других качеств личности физические качества отличаются тем, что могут проявляться только при решении двигательных задач через двигательные действия.

Физические качества и двигательные навыки, полученные в результате физических занятий, могут быть легко перенесены человеком в другие

области его деятельности, и способствовать быстрому приспособлению человека к изменяющимся условиям труда, быта, что очень важно в современных жизненных условиях. Воспитание физических качеств осуществляется через направленное развитие ведущих способностей человека на основе определенных закономерностей. Воспитательные задачи характеризуются воспитанием физических и психических потенций человека при решении двигательных задач в конкретных ситуациях.

Современное общество находится в состоянии постоянной гиподинамии: сидячий образ жизни, малая физическая активность, обусловленная зачастую неумением выполнять различные двигательные действия. Актуальность данной темы заключается в необходимости правильного и своевременного формирования навыков двигательной активности, начиная с ранних этапов обучения, через освоение основных двигательных действий обучающихся.

Лекция 5.2. Особенность этапов обучения двигательному действию

План

1. Процесс обучения двигательным действиям
2. Направленное совершенствование специфических способностей в различных видах спорта.

Весь процесс обучения двигательным действиям включает в себя три этапа. 1. Этап начального разучивания. Цель -- сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах. Продолжительность этапа начального разучивания двигательного действия зависит от: 1) степени сложности техники изучаемого действия; 2) уровня подготовленности занимающихся; 3) их индивидуальных особенностей; 4) возможности использовать положительный эффект переноса навыков. 2. Этап углубленного разучивания. Цель -- сформировать полноценное двигательное умение. 3. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования. Цель -- двигательное умение перевести в навык, обладающий возможностью его целевого использования.

Успешные действия **спортсмена** в любом виде спорта основаны на глубокой и устойчивой интеграции четырех главных компонентов спортивной подготовки: физической, технической, тактической и психологической. В каждом виде спорта в зависимости от его характера и специфики "вес" каждой из указанных составляющих и их оптимальное сочетание различны. Специфика вида спорта, предъявляя высокие требования к уровню каждой составляющей, ставит на одно из ведущих мест техническую подготовку.

Существенное значение имеют следующие особенности:

- разнообразие технических приемов, выполняемых спортсменом;
- степень их вариативности и специфичности (как индивидуальной, так и по спортивным амплуа);

- временные рамки действий спортсмена в соревновательной обстановке, носящих характер ответных реакций на ситуацию (соперник, партнер, мяч);

- ограничения правилами соревнований времени и характера соревновательных действий.

- **Техника**, как система рационально сопряженных движений частей тела и спортсмена в целом, и процесс технической подготовки имеют различные аспекты, тесно интегрированных, как в обучении и совершенствовании, так и при их реализации в соревновательной деятельности. Этих проблем – три: механика движения, методика обучения и совершенствования и тактическая направленность каждого технического приема.
- В **проблеме двигательного обучения в теоретическом, методологическом плане и в практических аспектах** важнейшей задачей является выделение в каждом виде технических действий ключевых, базовых пунктов и точек, определяющих эффективность технического приема в целом и служащих опорными звеньями в обучении и совершенствовании индивидуально оптимальной техники движений.
- **Вторая проблема в технической подготовке** - эффективная методика обучения, представляющая научно обоснованную и логичную дидактическую систему, последовательность педагогических действий тренера и спортсмена, адекватную личности спортсмена и задачам обучения. Психолого-педагогические особенности двигательного обучения в каждом виде спорта требуют глубокого анализа, научной и методической проработки в использовании в качестве опорных элементов методики обучения ключевых точек, определяющих эффективность приема в целом.
- **Третьим важным моментом в технической подготовке** является тактическая, соревновательная направленность технического приема. Техника является фундаментом для дальнейшей тактической и интегральной подготовки, для построения соревновательных действий спортсмена и команды. Попытки спортсменов и тренеров в погоне за внешним эффектом действовать более сложно, более быстро, более рискованно и разнообразно, чем это позволяет реально имеющаяся у спортсмена техника, обречены на неудачу, это потерянное тренировочное время, силы и репутация.
- Важны также и **психологические аспекты технической подготовки**, максимально адаптированной к будущей соревновательной деятельности, к умению спортсмена технически правильно и стабильно, тактически эффективно выполнять технический прием в условиях жесткого соревновательного стресса. Часто спортсмены красиво и эффектно действуют на тренировках, на разминке перед соревнованиями, а в реальной обстановке, особенно в критические

моменты, при жестком соперничестве, совершают простые, невынужденные, на первый взгляд, ошибки. Это происходит потому, что их техническая подготовка проходила без четко и жестко поставленной соревновательной цели в упражнении, при низкой личной и командной мотивации.

Литература:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2008. –544 с.
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник для магистр. спец. вузов. - М.: ФГУП «Известия», 2001. - 3-е издан.
3. Матвеев Л.П. Введение в общую теорию физической культуры // Теория и методика физической культуры. - М.: РГАФК, 2002. - Ч. 1.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: Учебник для спец. вузов. - Киев: Олимпийская литература, 1997.
5. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. - М.: Теория и практика физической культуры, 2000. - Гл. IV-V.

ТЕМА 6. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Лекция 6.1. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей

План

1. Общая характеристика физических способностей
2. Закономерности развития физических способностей
3. Сопряженное развитие физических способностей и двигательных навыков.

1. Понятие о физических способностях

Вся человеческая деятельность, интеллект, труд, спорт, общение, эмоции побуждаются к жизни движениями. Установлено, что потребность в движении сложилась в ходе эволюционного развития человека. Выполняя те или иные двигательные действия, он проявляет в них свои способности, отличающиеся качественным своеобразием. Так, **характеризуя отдельные способности человека**, говорят, что он сильный, ловкий, выносливый и т.п. По существу, в этих характеристиках проявляются физические способности, которые в научной и методической литературе часто называют **физическими качествами**.

В литературе существуют весьма противоречивые точки зрения на определение и взаимосвязь понятий «**физические способности**» и «**физические качества**». Для обозначения отдельных сторон двигательных возможностей человека долгое время употребляли термин «физические

(двигательные) качества». Сейчас некоторые авторы предлагают исключить его из научного обихода и использовать только термин «физические способности».

Физические качества человека, как некоторые характеристики его двигательных возможностей следует рассматривать применительно к тем или **иным формам проявления физических способностей**, т.е. о физических качествах можно судить на основе уже реализованных способностей. Необходимо отметить, что реализация физических способностей в двигательных действиях выражает характер и уровень развития функциональных возможностей конкретных органов и структур организма человека. Поэтому отдельно взятая физическая способность не может выразить в полном объеме соответствующее физическое качество. **Только относительно постоянная совокупность двигательных способностей, определяющих решение двигательной задачи, определяет то или иное качество.** Например, нельзя судить о выносливости как о физическом качестве человека только по одной способности поддерживать скорость передвижения в режиме субмаксимальной мощности. О данном качестве можно судить лишь тогда, когда совокупность всех ДС обеспечивает длительное поддержание работы при разнообразных режимах ее выполнения.

У каждого человека **физические способности** развиты по - своему. В основе неодинакового развития способностей лежит иерархия разных **врожденных (наследственных) анатомо-физиологических и психических задатков** (Лях, 1996):

ФИЗИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ – это комплекс морфологических и психофизиологических свойств человека, отвечающих требованиям какого-либо вида мышечной деятельности и обеспечивающих эффективность ее выполнения.

По отношению к физическим способностям часто употребляют – развитие, совершенствование, воспитание. Как правильно и грамотно употреблять эти термины? Трудно провести границу между развитием и совершенствованием, т.к. в процессе совершенствования происходит развитие способностей. Воспитание – ассоциируется с целостной личностью, ее морально-волевыми, нравственными, личностными качествами. Поэтому, корректней говорить: **«физические способности развиваются».**

В настоящее время принято различать пять основных физических способностей: силовые, скоростные, координационные способности, выносливость и гибкость. Несмотря на усилия ученых, длящихся уже около столетия, пока не создана общепринятая классификация физических (двигательных) способностей.

2. Закономерности развития физических способностей

Развитие физических качеств осуществляется через направленное развитие ведущих способностей человека, которые развиваются на основе определенных закономерностей.

Среди этих закономерностей в качестве ведущих выделяют: **гетерохронность, этапность, фазность и перенос в развитии способностей.**

Гетерохронность (разновременность) развития устанавливает, что в процессе биологического созревания организма наблюдаются периоды интенсивных количественных и качественных изменений отдельных его органов и структур. Если в эти периоды оказывать педагогические воздействия на опережающие в своем развитии органы и структуры, то эффект в развитии соответствующих физических способностей значительно превысит результат, достигаемый в периоды их относительной стабилизации.

В теории физического воспитания подобные периоды получили название сенситивных (чувствительных) периодов. Сенситивный период развития—период в жизни человека, создающий наиболее благоприятные условия для формирования у него определенных качеств, период наивысших возможностей для наиболее эффективного развития.

В развитии физических качеств выделяют так называемые сенситивные (чувствительные) периоды, когда создаются естественные возрастные предпосылки для их эффективного развития. Причем, для развития того или иного физического качества в онтогенезе может быть не один, а несколько таких периодов. По современным представлениям в сенситивный период следует не столько подтягивать отстающие качества, сколько развивать ведущие.

Перенос развития устанавливает наличие связи между уровнями развития нескольких физических способностей. Если при развитии какой-либо физической способности один или несколько ее компонентов представлены в структуре другой способности, то последняя будет развиваться, хотя и не столь интенсивно. **Перенос в развитии физических способностей может осуществляться как внутри какого-либо качества, так и между отдельными физическими качествами.** Если человек в поднятии тяжести повысил уровень силовых способностей, то это отразится на росте скоростно-силовых способностей, например в метании гранаты или толкании ядра. Если же человек развил способность выдерживать высокие нервно-эмоциональные нагрузки, то эта способность будет проявляться при реализации нескольких физических качеств.

Обратимость показателей развития способностей.

Функциональные и структурные изменения, достигаемые в результате систематических занятий физическими упражнениями, обратимы, они могут претерпевать обратное развитие. **Достаточно относительно небольшого перерыва в занятиях, как начинается понижение уровня функциональных возможностей, происходит регресс структурных признаков и в результате снижаются показатели развития физических способностей.**

В первую очередь снижаются скоростные способности, позднее — силовые, а в последнюю — выносливость к длительной работе. Наблюдения на спортсменах показали, что прекращение тренировки, длившейся 5

месяцев, приводит к возвращению исходного уровня максимального темпа движений через 4—6 месяцев, мышечной силы — через 18 месяцев, а выносливости — через 2—3 года.

3. Сопряженное развитие физических способностей и двигательных навыков.

В работах Л. П. Матвеева (1987), В. П. Филина (1984), В. И. Ляха (1999) отражен принцип сопряженного воздействия, который основывается на органическом взаимодействии процессов развития физических способностей и формирования двигательных навыков и на возможности его регулирования в процессе физического воспитания и спортивной тренировки [3; 4].

Проявляясь в деятельности, физические способности неотделимы от двигательных умений и навыков. От того, насколько человек владеет тем или иным двигательным действием. В решающей мере зависит успешная реализация соответствующих физических способностей.

При анализе средств сопряженных воздействий в спортивной деятельности необходимо исходить из следующих параметров:

- 1) знаний об общих закономерностях спортивной деятельности, особенных закономерностях, характерных для спортивной деятельности в упражнениях, и единичных закономерностях, характерных для тактической деятельности спортсмена;
- 2) данных о динамике тренированности спортсменов и содержании средств спортивной деятельности на различных этапах подготовки;
- 3) данных об эмпирически сложившихся соотношениях между отдельными средствами спортивной подготовки у конкретных спортсменов;
- 4) данных об эффективности реализации эмпирических средств тактической подготовки в процессе соревновательной деятельности [1; 2].

Интересно исследование профессора А. В. Родионова (2001), в котором он раскрывает содержание принципа психофизического сопряжения в подготовке спортсменов-единоборцев высокой квалификации.

Применяемые средства воздействий А. В. Родионов условно разделяет на три группы:

- совершенствование тактических навыков;
- взаимосвязанное развитие физических и психических качеств;
- оптимизация актуальных состояний спортсменов.

Упражнения на совершенствование тактических навыков включают следующие разделы:

- использование ошибок противника;
- противодействия различным способам рефлексивного поведения (силовому давлению, дистанционным обманам);
- применение способов рефлексивного поведения (провоцирование момента для нанесения удара (укола) в прогнозируемой ситуации) [3].

В спортивной практике существует широкий круг двигательных действий, эффективность которых зависит от способности проявлять высокую точность одновременно с силой и быстротой, особенно ярко это

проявляется в единоборствах. В исследованиях О. Б. Немцова отмечено снижение точности движений (как одного из критериев техники) во время реализации «блоков» интенсивной силовой подготовки после непосредственно предшествующей нагрузки силового характера, а также в результате силовой подготовки, не сочетающейся с развитием точности. Это делает актуальной проблему интеграции скоростно-силовой подготовки и процесса развития точности в спортивных единоборствах.

Тренировка (по В. К. Бальсевичу) – есть изменение состояния организма человека. Эта простая формула отражает фундаментальное свойство человека и вообще всего живого – его способность к изменчивости, к развитию. Оно изначально дано человеку и обусловлено той наследственной информацией, с которой человек рождается и которая сопровождает его в течение все жизни.

Целенаправленная тренировка существенно влияет на этот процесс, но она не может изменить его главных закономерностей, сформировавшихся в течение миллионов лет эволюции живого на Земле и эволюции человека как биологического вида. Эти главные закономерности сводятся к неравномерному поступательному развитию всех звеньев аппарата движений человека, их функций и других органов и систем организма, обеспечивающих его жизнедеятельность. Такое общее свойство развития двигательной функции человека позволяет сформулировать основное правило физической тренировки: **параметры тренировочных нагрузок должны соответствовать текущему состоянию занимающегося и соразмеряться с естественным ходом развития его двигательной функции.**

Следовать основному правилу тренировки – значит, на практике учитывать реальное единство генетических предпосылок развития двигательной активности человека и фундаментальных свойств его организма – изменчивости, пластичности, способности к обучению и прогрессивному совершенствованию.

Литература:

1. Лях В. И., Садовски Е. О концепциях, задачах, месте и основных положениях координационной подготовки в спорте // Теория и практика физической культуры. 1999. № 5. С. 40-46.
<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/1999N5/p40-46.htm>
2. Матвеев, Л. П. Спортивная ориентация и постановка долгосрочных целей в подготовке спортсмена. / Л.П Матвеев.М., 1995.
3. Родионов, А. В. Принцип психофизического сопряжения в подготовке спортсменов-единоборцев высокой квалификации/ А.В. Родионов // Теория и практика физической культуры. 2004. № 11. С. 12-14.

ТЕМА 7. ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШЕЙ РАЗРАБОТКИ ТЕОРИИ И ТЕХНОЛОГИИ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА

Лекция 7.1. Спорт как социокультурный феномен в его историческом развитии и современном состоянии

ПЛАН

1. Спортивное достижение как объект познания и оценки науки о спорте.
2. Факторы развития спортивных достижений
3. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов и их научно-методическое обеспечение. Система **подготовки национальных команд РБ.**

Несмотря на ценностное содержание, спорт как форма культуры *не является гарантом сохранения своей гуманистической ценности*. Как показывает историческая практика, он достаточно легко и быстро изменяет свою направленность в зависимости от изменяющихся социально-экономических условий развития социума.

Следствием ценностной переориентации спорта в период последних реформ стала его деидеологизация, коммерциализация, профессионализация. Обозначилась опасность утраты его самобытности, национальных спортивных традиций. Спорт становится средством формирования социального неравенства, неоднородности общества.

Спорт на сегодняшний день уже не является моно - явлением, каким его представляет еще большинство людей.

Если тезисно рассматривать тенденции развития спорта, то его основными чертами можно назвать следующие:

- демократизация и интернационализация, расширение географии спорта;
- появление новых видов спорта;
- бурное развитие массового и профессионального спорта;
- бурный рост спортивно-технических достижений;
- появление нового направления в спортивном движении — спорте высших достижений;
- интенсивное развитие женского спорта;
- интенсивное развитие детско-юношеского спорта;
- неуклонное расширение календаря спортивных соревнований на национальном и международном уровне;
- зарождение и интенсивное развитие спортивной науки;
- интенсивное развитие специализированной системы СМИ, обслуживающей спорт;
- создание мощной специализированной системы спортивных сооружений;
- создание новых международных спортивных организаций, интенсивное развитие международного и олимпийского движения.

Все большее значение будут иметь научное обеспечение спорта, развитие различных направлений спортивной науки, особенно медико-биологического.

XXI в., по мнению многих ученых, может стать веком дальнейшего развития женского спорта, все новые и новые виды спорта будут осваиваться девушками и женщинами.

В XXI в., по прогнозам социологов, существенное влияние на спортивные рекорды будут оказывать спортсмены из Африки. Социально-экономическое развитие стран Африки может существенно повлиять на развитие мирового спортивного движения.

Спорт навсегда останется феноменом, в котором человек находит возможность самореализации, самовыражения, ощущает глубинную потребность его души. Поэтому пока живо человеческое общество будет существовать и развиваться спорт.

В современном мире спорт высших достижений становится все более значимым социальным явлением. Благодаря широкому участию средств массовой информации, развитию спортивной индустрии и другим факторам он стал отраслью, в которую, в большей или меньшей степени вовлечено огромное количество людей и значительные финансовые средства.

Отмечается, что спорт высших достижений и олимпийское движение служат престижу государства, укреплению мира, и даже развитию массового спорта. Достижения спортсменов высшего класса обогащают массовую практику физического воспитания наиболее эффективными средствами и методами физического совершенствования.

Спортивное достижение как объект познания и оценки науки о спорте

Оценки качества выполнения действий, на основе которых разворачивается соперничество, представляют собой технические результаты соревнования. Они могут быть выражены в соответствии с традициями вида спорта и правилами соревнований в: объективных показателях, таких, как единицы времени, длины, веса или факте достижения цели; субъективных условных баллах, отражающих восприятие наблюдаемых действий соперников; сочетании объективных и субъективных показателей, как, например, в прыжках на лыжах с трамплина, когда технический результат складывается из объективной дальности прыжка и субъективной оценки техники его выполнения. Это также характерно для спортивных игр и единоборств, в которых оценка соответствия действий соперников правилам соревнований при объективном достижении цели во многом зависит от субъективного восприятия арбитров.

Технические результаты служат основой для сравнения возможностей соперников и ранжирования их относительно друг друга. Ранговые места соперников представляют собой спортивные результаты соревнования.

Ценность технических результатов обусловлена их уровнем по отношению к какому-либо эталону. Технические результаты, превышающие некоторый уровень, принятый в качестве эталона, принято называть спортивными достижениями.

В повседневной жизни понятия «технический результат», «спортивный результат» и «спортивное достижение» часто отождествляются. Но для профессионального анализа структуры соревновательной деятельности важно, что в процессе выполнения действий, на основе которых разворачивается соперничество, демонстрируются определенные качественные характеристики, которые оцениваются в форме технических результатов соревнования. Один и тот же спортивный результат, выраженный в ранговом месте спортсмена, может быть достигнут при демонстрации разных технических результатов.

Особый статус имеют спортивные достижения, являющиеся высшими показателями в определенной деятельности. Их обозначают как рекорды. Для того чтобы спортивное достижение стало рекордом, оно должно быть признано специальным документом организацией, курирующей данный вид деятельности [4, с. 26-27].

Спортивное достижение, как правило, характеризуется победой над соперником, оцениваемой в баллах, голах, очках; демонстрацией результатов, выраженных в показателях времени, расстояния, массы, точности поражения цели, более качественным выполнением сложных двигательных комбинаций с оценкой их композиции и т.д.

Спорт немыслим без стремления к высшим (абсолютным) достижениям, которые являются как бы эталоном оценки резервных возможностей как отдельного человека, так и сообщества людей в целом. Однако **особенности спорта** и его показателей в виде спортивных достижений заключаются в том, что если сегодня абсолютные достижения под силу узкой группе выдающихся спортсменов, то через несколько лет они становятся достоянием все более и более широкой массы занимающихся.

2. Факторы развития спортивных достижений

Значительный рост спортивных достижений обусловлен целым рядом причин:

- **во-первых,** с внедрением новых методов тренировки, которые отличаются большей эффективностью; любые перемены в методике тренировки направлены, прежде всего, на улучшение спортивных результатов;

- **во-вторых,** с изменением условий проведения соревнований, совершенствованием инвентаря, оборудования, спортивной экипировки;

- **в-третьих,** со значительным увеличением объемов тренировочной работы (за последние тридцать лет – более чем вдвое);

- **в-четвертых,** с использованием новых приемов повышения работоспособности (психологической и физиологической направленности),

созданием новых фармакологических средств восстановления спортсменов; общеизвестно, что понятие «спортивное соревнование», помимо соревновательной деятельности самих спортсменов, охватывает соучастие в состязании, конкуренцию заинтересованных лиц (тренеров, представителей спортивной науки и др.). Это способствует интенсификации научных разработок, связанных с созданием новейших средств восстановления, средств повышения эффективности тренировочного процесса;

- **в-пятых**, с экономическими стимулами соревнований. В 90-е годы мы стали свидетелями того, что призовой фонд многих соревнований резко возрос в основном благодаря привлечению негосударственных ассигнований, спонсорских средств, рекламы и др. [3].

Спортивные достижения определяются тремя группами факторов: индивидуальными факторами (первая группа), научно-техническим прогрессом (вторая группа) и социально-экономическими факторами (третья группа).

Эффективность системы подготовки спортсмена определяется следующими факторами: современной методикой тренировки: рациональной системой соревнований; использованием прогрессивной техники и тактики; материально-техническим обеспечением; научно-методическим, медико-биологическим и информационным обеспечением спортсменов, тренеров, врачей и др.

3. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов и их научно-методическое обеспечение. Система подготовки национальных команд РБ.

Целью научно-методического обеспечения является повышение эффективности управления процессом подготовки сборных команд за счет: применения современных научно обоснованных технологий; получения объективной информации о функциональном состоянии спортсменов, уровне специальной физической, технической, тактической и психологической подготовленности; выработки предложений для своевременной коррекции тренировочного процесса.

Раздел научно-методического обеспечения является обязательным компонентом Целевой комплексной программы по виду спорта.

При реализации мероприятий НМО предусматривается решение следующих задач:

1. Прогнозирование спортивных достижений.
2. Разработка модельных характеристик спортсменов высшей квалификации, внедрение современных средств и методов в практику подготовки спортивных сборных команд России.
3. Совершенствование критериев отбора кандидатов в спортивную сборную команду РБ.
4. Программирование системы тренировки и соревнований.
5. Осуществление комплексного контроля за подготовленностью спортсменов.

6. Проведение обследований и разработка рекомендаций по коррекции планов и тренировочных программ на основе сравнения фактического уровня готовности спортсменов и нормативных показателей.

7. Проведение восстановительных мероприятий педагогического характера.

В заключение, обобщая результаты, можно выделить три основных направления для принятия оперативных мер по совершенствованию системы научно-методического обеспечения подготовки спортивных сборных команд:

1. Создание новой и улучшение существующей материально-технической базы по проведению научно-методического обеспечения спорта высших достижений путем оснащения аппаратурой и комплексами для разработки, создания, внедрения и использования разрабатываемых технологий.

2. Создание современной системы научно-методического обеспечения членов сборных команд и спортивного резерва путем привлечения ведущих или создания новых научных учреждений для решения проблем спорта высших достижений, а также выявления новых форм и методов, обеспечивающих повышение спортивной работоспособности и спортивно-технического результата на соревнованиях.

3. Создание эффективной системы планирования, контроля и прогнозирования состояния спортсменов в ходе спортивной подготовки сборных команд России и спортивного резерва с использованием комплексного организационного и финансового обеспечения за счет средств федерального бюджета и бюджетов субъектов Российской Федерации.

В основе эффективной работы по научно-методическому сопровождению подготовки спортсменов лежат в том числе следующие положения:

- правильный выбор тестов и их соответствие метрологическим критериям надежности, объективности и информативности;
- определение оптимального объема показателей для оценки функционального состояния и уровня подготовленности спортсменов, его достаточность, стандартизация условий и источников получения информации;
- учет общих и специфических особенностей по группам видов спорта;
- соответствие методов контроля задачам тестирования.

В настоящее время основными формами комплексного контроля спортсменов спортивных сборных команд России являются:

- обследование соревновательной деятельности;
- этапные комплексные обследования;
- текущие обследования.

Обязательная часть научно-методического обеспечения включает в себя систематический анализ динамики и структуры тренировочных нагрузок.

и параметрами выполнения нагрузки.

Научно-методическое обеспечение спортсменов Республики Беларусь осуществляется силами сотрудников УО "БГУФК" заключается в:

-планировании тренировочного процесса у спортсменов национальных команд, контроле тренировочных и соревновательных нагрузок на различных этапах годичного цикла подготовки, консультировании спортсменов;

-внедрить в олимпийскую подготовку ведущих спортсменов национальных команд новейшие научно обоснованные технологии тренировки, планирования, контроля, фармакологической коррекции, ориентированные на условия проведения соревнований Игр Олимпиады;

-консолидировать усилия научных, медицинских и спортивных организаций республики для комплексного решения проблем, возникающих при подготовке ведущих спортсменов к Олимпиаде;

-активизировать применение современных информационно-образовательных технологий в борьбе против использования допинга в спорте. Также научно-методическое обеспечение осуществляет **Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр спорта», Аналитический отдел подготовки национальных и сборных команд РБ.**

Литература:

1. Антипцев О.Ю. О некоторых тенденциях развития спорта высших достижений и олимпийского движения в современных социально-экономических условиях (на примере Краснодарского края) / О.Ю. Антипцев // Вестник Адыгейского государственного университета. – 2006. – № 3. – С. 191-193.
2. Ерохина О.А. Проблемы спортивного прогнозирования [Электронный ресурс] / О.А. Ерохина. – Режим доступа: http://oreluniver.ru/file/science/confs/2015/sport/publ/3_Erohina_V_poslednie.pdf
3. Красников А.А. Спортивно-технические результаты и факторы, определяющие тенденции их развития / А.А. Красников // Вестник спортивной науки. – 2006. - № 2. – С. 26-33.
4. Курамшин Ю.Ф. Акмеология высших спортивных достижений как раздел теории спорта / Ю.Ф. Курамшин // Здоровье для всех. – 2010. – №1. – С. 35-38.
5. Курамшин Ю.Ф. Проблемы прогнозирования высших спортивных достижений / Ю. Ф. Курамшин // Научно-теоретический журнал «Ученые записки». – 2005. – №18 – С. 40-58.

Лекция 7.2. Современная теория подготовки спортсменов и ее основные задачи

ПЛАН

1. Основы построения теории подготовки спортсменов и ее основные задачи

2. Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки

1. Основными наиболее важными компонентами системы тренировочно-соревновательной подготовки, являются:

- 1) система отбора и спортивной ориентации;
- 2) система соревнований;
- 3) система спортивной тренировки;
- 4) система факторов, повышающих эффективность тренировочной и соревновательной деятельности:
 - а) подготовка кадров;
 - б) научно-методическое и информационное обеспечение;
 - в) медико-биологическое обеспечение;
 - г) материально-техническое обеспечение;
 - д) финансирование;
 - е) организационно-управленческие факторы;
 - ж) факторы внешней среды.

Каждый компонент системы спортивной подготовки имеет свое функциональное назначение и одновременно подчинен общим закономерностям устройства, функционирования и развития ее.

Система отбора и спортивной ориентации — это комплекс организационно-методических мероприятий педагогического, медико-биологического, психологического и социального характера, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренности) ребенка, подростка, юноши к тому или иному роду спортивной деятельности (спортивной дисциплине). В современном спорте, характеризующемся постоянно усиливающейся конкуренцией и непрерывным ростом результатов, особенно важно выявить спортсменов, обладающих необходимыми морфофункциональными данными и синтезом физических, психических и интеллектуальных способностей, находящихся на исключительно высоком уровне развития.

Главное требование, предъявляемое к **системе отбора**, состоит в том, что она должна быть органическим компонентом **системы многолетней подготовки**, так как способности могут быть выявлены только в процессе тренировки и воспитания и являются следствием сложного диалектического единства — врожденного и приобретенного, биологического и социального (В.Н. Платонов, 1987).

Система соревнований. Спортивные соревнования, являясь специфической формой деятельности в спорте, определяют цели и направленность подготовки, а также используются как одно из важнейших средств специализированной тренировки, позволяющей сравнивать и повышать уровень подготовленности занимающихся.

С учетом спортивной и экономической целесообразности, условий проведения, традиций, специфических особенностей в каждом виде спорта образуются системы соревнований, которые, как правило, имеют преимущество на мировом, национальном, региональном и местном

уровнях. Функции системы спортивных соревнований в современном спорте исключительно широки и многообразны.

Система соревнований является важнейшим универсальным механизмом управления совершенствованием мастерства спортсменов. Она во многом **определяет:**

- содержание, направленность и структуру тренировочного процесса;**
- выступает в качестве необходимого инструмента контроля; оказывает значительное воздействие на развитие вида спорта;**
- позволяет оперативно организовать взаимодействие мировой и отечественной системы спортивной подготовки;**
- способствует развитию популярности спорта;**
- активно воздействует на формирование мотивационного механизма.**

Однако в определенных случаях отдельные соревнования выходят за рамки системы подготовки спортсменов, так как являются итогом этой подготовки в многолетнем или годичном цикле. **К таким соревнованиям относятся** чаще всего Олимпийские игры, чемпионаты мира и Европы, а для менее квалифицированных спортсменов главные целевые соревнования — чемпионаты страны, регионов и т.д.

Система спортивной тренировки (см. рис. 27). Эффективность функционирования системы соревнований, т.е. достижение запланированных спортивных результатов в определенных стартах и в нужные сроки, обеспечивается эффективной системой тренировки.

Тренировочный процесс является основой спортивной подготовки, определяет характер и содержание всей двигательной деятельности, а также финансового, материально-технического, информационного, научного и медицинского обеспечения и восстановительных мероприятий.

В процессе тренировочной деятельности спортсмен совершенствует свою физическую, техническую, тактическую и психическую подготовленность, а успешными предпосылками для достижения их высокого уровня является воспитание человека и уровень его интеллектуальных способностей.

Система факторов, повышающих эффективность функционирования системы соревнований и системы тренировки

Кадры. Прогресс отечественной системы подготовки спортсменов обеспечивается уровнем профессиональной квалификации кадров, наличием талантливых спортсменов и тренеров, научным потенциалом специалистов, способных предлагать эффективные технологии и методики в тех направлениях, которые являются наиболее перспективными для дальнейшего роста спортивных результатов.

Научно-методическое, медико-биологическое и информационное обеспечение. Своевременное внедрение в практику достижений научно-технического прогресса является одним из решающих факторов результативности подготовки спортсменов. Система научно-методического,

медико-биологического и информационного обеспечения включает в себя: довольно разветвленную сеть специализированных подразделений в научно-исследовательских институтах и университетах физической культуры нашей страны; комплексные научные группы (КНГ), созданные при сборных командах РБ, врачебно-физкультурные диспансеры, методические кабинеты при различных спортивных организациях. **К этой системе следует отнести** и специализированные книжные издательства, газеты, журналы, спортивные редакции телевизионных компаний, информационные центры, оснащенные компьютерной техникой.

Материально-техническое обеспечение. За последние годы в спорте произошли кардинальные изменения, связанные с совершенствованием материально-технической базы, созданием новых моделей инвентаря, оборудования, тренажеров, спортивной обуви, одежды и др. Многочисленные специализированные фирмы ежегодно разрабатывают новейшие (более совершенные) образцы спортивных изделий, что способствует изменению спортивной техники, совершенствованию методов тренировки, сохранению здоровья спортсменов, ускоряет рост спортивных результатов.

Финансирование спорта осуществляется из различных источников: государственного бюджета, коммерческих организаций, спонсорства, а также из местных бюджетов. Это позволяет создать условия для бесплатных занятий спортом наиболее одаренных детей, подростков и взрослого населения в спортивных школах, в системе образования и некоторых других организаций.

В последние годы федерации по видам спорта, ДСО, региональные, ведомственные спортивные организации, клубы, команды успешно переходят на самофинансирование и другие нетрадиционные формы финансового самообеспечения, что позволяет эффективно решать многие вопросы в системе спортивной подготовки.

Факторы внешней среды. Функционирование системы подготовки спортсменов нельзя строить в отрыве от социальных, экономических, демографических условий и природной среды. Все эти факторы оказывают существенное влияние на развитие тех или иных видов спорта.

На эффективность тренировочной и соревновательной деятельности влияют такие факторы внешней среды, как высота над уровнем моря, температура, влажность окружающей среды, изменение часового пояса. С одной стороны, они могут способствовать повышению спортивной работоспособности, а с другой — значительно снизить ее. Особенно важно учитывать факторы внешней среды в процессе подготовки к важнейшим соревнованиям.

Управление и организационная структура. Система управления совершенствованием спортсмена — это совокупность управляемой и управляющей подсистем, действие которых направлено на реализацию программ и достижение поставленных задач. Она носит комплексный характер и охватывает все уровни — управление непосредственно

подготовкой спортсменов, местный, региональный, государственный. На каждом уровне решаются специфические задачи, соподчиненность и скоординированность которых определяет системность управления.

Литература:

1. Иванченко, Е. И. Виды подготовки в спорте: учеб.-метод. пособие / Е.И. Иванченко ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2014. – 261 с.
2. Иванченко, Е. И. Основы системы спортивной подготовки: учеб.- метод. пособие / Е. И Иванченко. 2-е изд., стер. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2018. – 278 с.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.
4. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 809 с.
5. Платонов, В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм / В. Н. Платонов. – М.: Советский спорт. 2010. – 310 с.

Лекция 7.3. Профессионализация современного спорта высших достижений

1. Проблематика «спорта для всех».
2. Социальные противоречия, определяющие кризисную ситуацию в развитии спорта высших достижений

За всю историю спорт никогда не был столь популярен как в наше время, но характер отношения к нему в обществе не однозначен. Немало тех, кто не усматривает в спорте гуманных начал и даже вообще отвергает какую-либо его полезность.

Современное спортивное движение расчленилось на ряд направлений, разделов и подразделов, появились выражения "массовый спорт" и "большой спорт", "спорт для всех" и "элитный спорт", "любительский спорт" и "профессиональный спорт" и т.д. Однако в обыденном сознании пока не сформировалось четких представлений ни о причинах дифференциации спорта, ни о действительной структуре его разделов в современном обществе.

В **социальной системе** образования и воспитания сформировался «школьный спорт» для реализации педагогических целей, в иных социальных сферах сложились иные модификации спорта: рекреативно-оздоровительный спорт (для отдыха и развлечения), профессионально-прикладной спорт (для подготовки к эффективному труду), профессионально-коммерческий спорт (спортивный бизнес), супердостиженческий спорт (спорт - отдельная, самостоятельная сфера жизни, имеющую культуротворческое значение) и другие.

Дифференциация спорта происходит в зависимости от предоставляемых им возможностей и условий его культивирования в различных социальных сферах, где он полезен и поддается преобразованиям применительно к особенностям той или иной сферы в общей структуре социальной практики спорта.

Разграничение спортивного движения в обществе произошло, когда прогресс высших спортивных достижений сделал их дальнейший рост посильным для одаренных в спортивном отношении посвящающих себя спорту как основному образу жизни. Различаются разные разделы спорта: «массовый спорт» и «большой спорт». Эти термины не вполне точны. «Массовый спорт» часто бывает совсем не массовым. «Большой спорт» по числу охватываемых им спортсменов совсем не большой (в спортивно развитых странах - это лишь тысячная доля процента от общего числа приобщенных к спорту). Точнее первый можно назвать общедоступным, или ординарным спортом, а второй - спортом высших достижений.

Различия общедоступного спорта и спорта высших достижений существенны. В первом спортивная деятельность не главная форма жизни человека. Мотивация к общедоступному спорту не однозначна, она объективно не замыкается на чисто спортивных интересах как на самоцели. И общество, и каждый из приобщенных к общедоступному спорту получают от него наибольшую пользу, когда результат спортивной деятельности не сводится к "голам, очкам, секундам", а воплощается в том, что ведет к необходимому для **каждого уровня физического и духовного развития, общей дееспособности и здоровью.**

3. Социальные противоречия, определяющие кризисную ситуацию в развитии спорта высших достижений

1. Стала рушиться, казалось бы, надежная система физкультурно-спортивного движения. Основу этой системы составляло убеждение, что *массовость спорта служит надежной базой и условием высшего спортивного мастерства*, что истоки и резервы олимпийского спорта, олимпийских рекордов — в школьных, производственных и спортивных коллективах. Противоречивость этого убеждения заключается в том, что на самом деле спорт высших достижений все больше и больше дистанцируется от массового спорта. Начиная с технологий спортивной тренировки и кончая режимом питания, восстановления, качеством спортивного инвентаря — все в спорте высших достижений резко отличается от массового спорта.

2. Другое противоречие, которое формирует негативное общественное мнение, состоит в создании мифа о том, что спорт, физическая активность являются едва ли не единственными факторами сохранения и укрепления здоровья. Никто не оспаривает профилактического значения занятий физическими упражнениями. Однако это лишь один из факторов здорового образа жизни. Кроме занятий спортом, на здоровье человека оказывают немаловажное влияние питание, экология, наличие вредных привычек,

уровень жизни, наследственность и т.д. Поэтому напрямую связывать уровень здоровья человека и занятия спортом не совсем корректно.

3. Следующее противоречие спорта высших достижений состоит в том, что **многие виды спорта стали стремительно «молодеть»**. Рекордные результаты стали показывать подростки и почти дети. К таким видам спорта относятся художественная и спортивная гимнастика, фигурное катание. В других видах спорта возраст победителей также заметно снизился (О.Корбут, М.Филатова, Л.Мухина, Т.Лепински добивались высших достижений в 14 лет).

Казалось бы, тут нет особой проблемы. Понятно, что и юные спортсмены могут побеждать на соревнованиях самого высокого ранга. Однако **суть проблемы в том, что идет форсированная подготовка юного спортсмена, без учета возрастных показателей его развития.**

4. Еще одно противоречие, серьезно подрывающее основы спорта, порождено системой договорных побед, которые организуются в гостиничных номерах судей, в кабинетах управленцев, одним словом, далеко от спортивных залов, площадок, полей. Вытеснение соревновательности из спорта приобрело значительные масштабы, особенно в игровых видах спорта. По данным исследователей, в конце 1989 г. более 60% матчей союзного футбольного чемпионата были заранее проданы.

5. Сложная ситуация складывается в фармакологической службе спорта. Использование допинга, начавшееся еще в 1970—1980-е годы, распространилось во всех видах спорта. **Проблема допинга** неоднозначно воспринимается в обществе. Конечно, спорт выигрывает в зрелищности, но гораздо больше проигрывает в гуманности. Ведь при условии применения допинга речь **не** идет о выявлении сильнейшего, в данном случае идет борьба между медиками и фармакологами, которые наиболее удачно «накачают» спортсмена. **Указ Президент РБ 201 24.05.2018 О противодействии допингу в спорте.**

6. Постоянное, нарастающее информационно-психологическое воздействие на спортсмена, неспособность государства противостоять информационной кампании серьезно подрывает его мотивацию.

Защита от внешних угроз национальной безопасности в информационной сфере осуществляется путем участия Республики Беларусь в международных договорах, регулирующих на равноправной основе мировой информационный обмен, в создании и использовании межгосударственных, международных глобальных информационных сетей и систем. Для недопущения технологической зависимости государство сохранит роль регулятора при внедрении иностранных информационных технологий.

Литература:

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.

2.Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 809 с.

3.Платонов, В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм / В. Н. Платонов. – М.: Советский спорт. 2010. – 310 с.

ТЕМА 8. ПРОБЛЕМА РАЗРАБОТКИ ТЕХНОЛОГИИ МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНТРОЛЯ ПРОЦЕССОВ РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Лекция 8.1 Научно-методологические основы построения моделей соревновательной деятельности

План

1.Построение моделей подготовленности. Проблема построения функциональных моделей.

2. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.

Моделирование в спортивной тренировке

Оптимизации процесса спортивной тренировки способствует использование различных моделей, которые могут быть отнесены к двум основным группам.

В первую группу входят:

1) модели, характеризующие структуру соревновательной деятельности, необходимой для достижения заданного результата;

2) морфофункциональные модели, отражающие морфологические особенности организма и возможности отдельных функциональных систем, обеспечивающих достижение заданного уровня спортивного мастерства;

3) модели, характеризующие основные стороны подготовленности спортсмена.

Во вторую группу входят:

1) модели, отражающие продолжительность и динамику становления спортивного мастерства в многолетнем плане, а также в пределах тренировочного года и макроцикла;

2) модели крупных структурных образований тренировочного процесса - этапов многолетней подготовки, макроциклов и периодов подготовки;

3) модели тренировочных этапов, мезо- и микроциклов;

4) модели тренировочных занятий и их частей;

5) модели отдельных тренировочных упражнений и их комплексов.

При разработке количественных показателей, характерных для заданного уровня спортивного мастерства используют следующие подходы:

1. Простое усреднение данных ведущих спортсменов с указанием индивидуальных различий или диапазона возможных колебаний.

2. Изучение значительной совокупности спортсменов различной квалификации, установлением зависимости между уровнем спортивного

мастерства и динамикой изменений того или иного показателя, последующей экстраполяцией полученных данных до уровня заданного результата.

3. Получение жестких количественных параметров.

В основе разработки моделей тренировочных занятий лежат сведения о закономерностях взаимодействия различных тренировочных упражнений в программах занятий, особенностях протекания процессов утомления, поддержания высокого уровня работоспособности и заданных характеристик нагрузки.

При разработке морфофункциональных моделей нужно ориентироваться на наиболее значимые показатели, определяющие способности спортсменов к достижению выдающихся результатов в конкретных видах спорта.

В процессе моделирования необходимо:

1) увязать применяемые модели с задачами оперативного, текущего и этапного контроля и управления, построения различных структурных образований тренировочного процесса;

2) определить степень детализации модели, т. е. количество параметров, включаемых в модель, характер связи между отдельными параметрами;

3) определить время действия применяемых моделей, границы их использования, порядок уточнения, доработки и замены (Шустин, 1985; Платонов, 1986)

2. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.

Индивидуальные модели разрабатываются для отдельных спортсменов и опираются на данные длительного исследования и индивидуального прогнозирования структуры соревновательной деятельности и подготовленности отдельного спортсмена, его реакции на нагрузки и т. п. В результате получают самые различные индивидуальные модели соревновательной деятельности различных сторон подготовленности, модели занятий, микроциклов, непосредственной подготовки к соревнованиям и т. п.

В спортивной практике находят применение модели всех трех уровней. Модели более высокого уровня, обеспечивая общие направления спортивной подготовки и участия в соревнованиях, детализируются в индивидуальных моделях и создают предпосылки для разностороннего управления тренировочной и соревновательной деятельностью спортсменов.

Применительно к структуре **соревновательной деятельности** и подготовленности основной методологии разработки моделей наряду с изучением и использованием данных о группах спортсменов высокой квалификации должны являться всесторонние исследования задатков, способностей, адаптационных возможностей, закономерностей становления основных составляющих спортивного мастерства, взаимосвязи между отдельными факторами, компенсаторных возможностей организма конкретных спортсменов.

Установлено, что эффективность использования обобщенных и групповых моделей для ориентации и коррекции тренировочного процесса особенно высока при подготовке юных или взрослых спортсменов, не достигших вершин спортивного мастерства.

Что касается подготовки спортсменов международного класса, то ориентация на такие модели оказывается мало эффективной. Дело в том, что одаренный спортсмен — это, как правило, человек с ярко выраженными индивидуальными чертами, которые могут иметь самые различные проявления, свидетельствующие об уникальных способностях к освоению спортивной техники, возможностях тех или иных функциональных систем или к проявлению волевых качеств и т. д.

Platonov, 2002).

Разработка моделей этапов многолетней подготовки, макроциклов и периодов тренировки должна предусматривать соблюдение основных закономерностей становления спортивного мастерства, обеспечение условий для наиболее полного использования индивидуальных адаптационных ресурсов с целью достижения оптимального для демонстрации наивысших спортивных результатов уровня подготовленности. Модели этапов, мезо- и микроциклов должны строиться на основе современных представлений о механизмах долговременной адаптации, знаниях о взаимодействии нагрузки и восстановления как факторов, стимулирующих приспособительные процессы и создающих условия для их трансформации в структурные и функциональные преобразования в организме спортсмена.

Показатели, применяющиеся при формировании моделей в сфере спорта, должны находиться в строгом соответствии с особенностями вида спорта, группой и видом создаваемых моделей, уровнем квалификации и подготовленности спортсмена, его возрастом и полом и т. д.

Литература:

1. Волков, Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — Киев: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. — 3-е изд. — М. : Советский спорт, 2009. — 200 с.
3. Иванченко, Е. И. Спортивная одаренность и ее диагностика: пособие / Е. И. Иванченко; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. — 4-е изд., стер. — Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2017. — 88 с.
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. — 5-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2010. — 340 с.
5. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. — Киев: Олимпийская литература, 2004. — 809 с.

6. Платонов, В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм / В. Н. Платонов. – М.: Советский спорт. 2010. – 310 с.

ТЕМА 9. ПРОБЛЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПОТЕНЦИАЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ, УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Лекция 9.1. Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта высших достижений в Республике Беларусь. (Презентация)

СЛАЙД 2 - Современное состояние и направления совершенствования развития физической культуры и спорта в РБ

В последнее десятилетие мы все являемся свидетелями того, как все более значимым становится участие отрасли «Физическая культура и спорт» в социально-экономической, политической жизни белорусского государства. И связано это с постоянно возрастающим вкладом физической культуры и спорта в оздоровление населения республики, особенно детей и молодежи, которые составляют будущее любой страны, обеспечивая экономическую и военную безопасность, перспективное состояние обороноспособности государства в целом.

СЛАЙД 3 - Количество физкультурно-спортивных сооружений в Республике Беларусь

Популяризация здорового и активного образа жизни через занятия физической культурой и спортом как в Республике Беларусь, так и за ее пределами ведет к постоянному росту востребованности различных физкультурно-спортивных сооружений, площадок и мест для самостоятельных занятий физическими упражнениями. В связи с этим заметно увеличилось количество учреждений и организаций, предлагающих широкий спектр услуг в сфере физической культуры и спорта. В таблице представлены изменения количества физкультурно-спортивных сооружений в Республике Беларусь с 2012 по 2017 годы. Как видно из представленных данных, далеко не все сооружения демонстрируют планомерный рост в сторону увеличения их количества. Если сравнить показатели 2012 и 2017 года, то увеличилось общее количество сооружений – с 23210 до 23291 (прирост составляет всего лишь 0,35%), количество манежей – с 42 до 51 (прирост составляет 17,64%), спортивных сооружений с искусственным льдом – с 31 до 37 (прирост составляет 16,21%) и бассейнов – с 310 до 340 (прирост составляет 8,8%). При этом за аналогичный период снижение отмечается в количестве стадионов – с 176 до 137 (снижение составляет

22,16%), количество стрелковых тиров уменьшилось с 715 до 606 (снижение составляет 15,48%), а число спортивных залов уменьшилось с 4757 до 4505 (снижение составляет 5,34%). Представленные цифры показывают, что в Беларуси отсутствует былая необходимость в стадионах и стрелковых тирах, продиктованная ранее обязательным участием школьников и студентов в соревнованиях по стрельбе и многоборью. Если такая тенденция будет продолжаться и дальше, то к 2027 году в Беларуси останется всего лишь 388 стрелковых тира на всю страну или 3,8 тира на каждый город страны, а их у нас насчитывается 102. Очевидно, что возникшая ситуация негативно отразится не только на развитии стрельбы как вида спорта, но и на развитии стрелковой подготовки таких популярных и медалеёмких для нашей страны, с точки зрения олимпийских игр, видов спорта как биатлон и современное пятиборье, где огромную роль в результате соревновательной деятельности играет именно стрельба.

СЛАЙД 4 - Динамика численности населения РБ с сфере ФКиС

На представленном рисунке видна выраженная динамика роста числа занимающихся физической культурой и спортом, что говорит о положительных тенденциях в национальной экономике, направленных на оздоровление трудовых ресурсов. Так, численность лиц, занимающихся ФКиС с 2012 по 2017 годы демонстрирует динамичный рост: с 1763,5 тыс. человек до 2 278,9 тыс. человек (прирост составил 22,61%), а показатель, отражающий численность лиц, занимающихся ФКиС, в % к общей численности населения вырос с 18,6% до 24% (за 5 лет прирост составил 5,4%).

СЛАЙД 5 - Мнение населения о жизненных ценностях (средний балл по 10-бальной шкале) и занятия ФКиС в свободное время в % от общей численности занимающихся

Однако, следует отметить тот факт, что, несмотря на постоянный и планомерный рост численности населения занимающихся физической культурой и спортом, мы наблюдаем достаточно невысокий уровень мотивации к постоянным занятиям ФКиС среди населения (занятия ФКиС оценены в 5,2 балла (последнее место в списке приоритетов у граждан страны) против такой социально-экономической ценности, как «Здоровье», которое население оценивает в 9,5 баллов. Исходя из этих данных, можно предположить, что в последующее пятилетие увеличение численности систематически занимающихся не превысит ранее существовавших темпов роста и, скорее всего, замедлится, так как для этого существуют объективные причины, связанные не только с низким уровнем мотивации к систематическим занятиям ФКиС, но и с постоянным снижением численности населения в стране.

СЛАЙД 6 - Ежемесячные расходы жителей г. Гомеля на занятия физкультурой и спортом и совокупный месячный доход на всю семью в рублях (BYN)

Исследование потребительских предпочтений жителей г. Гомеля в выборе физкультурно-оздоровительных услуг, основанное на результатах анкетирования 480 гомельчан (207 мужчин и 273 женщины) разного возраста, проживающих в различных районах города, позволило изучить структуру потребления физкультурно-оздоровительных услуг местным населением. Полученные данные свидетельствуют о приоритетном выборе людей в пользу платных физкультурных услуг: им отдали предпочтение 39,9% респондентов, бесплатным почти столько же – 38,7%, а 21,2% респондентов не потребляют данные услуги ни в одной из форм. Необходимо отметить, что при постепенном повышении уровня реальных доходов населения страны, несомненно, будет увеличиваться и число жителей города, занимающихся в фитнес-центрах, клубах, студиях и секциях на платной основе (при условии своевременного повышения качества и разнообразия предоставляемых услуг).

Как видно из таблицы, фактические ежемесячные расходы жителей Гомеля на физкультурно-спортивные занятия различны. Возможность тратить на физкультурные услуги 5-10 рублей в месяц есть у 9,3% опрошенных респондентов, в то время как только 3% жителей областного центра могут позволить себе расходы на эти услуги, превышающие 70 белорусских рублей или около 35 долларов США; при этом более 50% опрошенных ежемесячно тратят на данные услуги 11-40 рублей ежемесячно. Из таблицы видно также, что более 50% опрошенных имеют совокупный месячный доход на всю семью в диапазоне от 400 до 1133 рублей (BYN) и представляют собой основную долю потребителей на рынке физкультурно-оздоровительных услуг.

СЛАЙД 7

Зачастую многие люди не могут посещать физкультурно-спортивные сооружения и занятия физической культурой и спортом, ссылаясь на различные причины. Исследуя потребительские предпочтения жителей г. Гомеля, мы не могли обойти стороной и эту проблему. По данным проведенного исследования, основными факторами, ограничивающими возможность занятий физкультурой и спортом, являются:

- 1) недостаток свободного времени – 65,3% опрошенных;
- 2) недостаток требуемых денежных средств – 16,5% опрошенных;
- 3) нет компании для совместного посещения, а мешает собственная лень – 14,9% опрошенных;
- 4) неудобное месторасположение мест для занятий – 12,4% опрошенных;
- 5) не нуждаюсь в занятиях ФКиС – 3,9% опрошенных;
- 6) нет объективных препятствий – 3,7 % опрошенных;

7) проблемы со здоровьем – 1% опрошенных;

Как видно из приведенных результатов опроса гомельчан, основной причиной, препятствующей регулярным занятиям ФКиС, является недостаток свободного времени (более 65% опрошенных) и недостаток требуемых денежных средств (более 16% опрошенных).

СЛАЙД 8 - Количество специализированные учебно-спортивных учреждений и средних школ-училищ олимпийского резерва в Республике Беларусь

Важнейшая роль в развитии физической культуры и спорта в стране принадлежит специализированным учебно-спортивным учреждениям (СУСУ). Как видно из таблицы, последние годы отмечается постоянный прирост учреждений, готовящих спортсменов среднего и высшего звена (СДЮСШОР и ЦОР). Эта положительная тенденция оказывает стимулирующее воздействие на детско-юношеские спортивные школы, подталкивая их не только к количественному, но прежде всего к качественному уровню отбора и подготовки юных атлетов, которых необходимо будет передать в будущей перспективе в следующее звено. Кроме этого, видно, что в стране растет и развивается массовый спорт, который закладывает юным гражданам страны патриотизм и важные составляющие ЗОЖ, которые пригодятся в трудовой и повседневной жизни людей, формируя у них высокие идеалы и твердую гражданскую позицию.

СЛАЙД 9 - Динамика количества завоеванных медалей спортсменами из РБ

В 2018 году белорусскими спортсменами на Олимпийских играх, чемпионатах, Кубках, первенствах мира и Европы завоевано 680 медалей (*в 2017 году – 647 медалей*), в том числе 227 золотых, 216 серебряных и 237 бронзовых, из них в олимпийских видах спорта – 253 (*в 2017 году – 249*).

Количество завоеванных наград поступательно возрастает. Так, по отношению к 2014 году (*аналогичному 2018 году по олимпийскому циклу*) отмечается рост на 35,7 процента общего количества медалей, завоеванных белорусскими спортсменами и на 33,9 процента – медалей в олимпийских видах спорта.

СЛАЙД 10 -

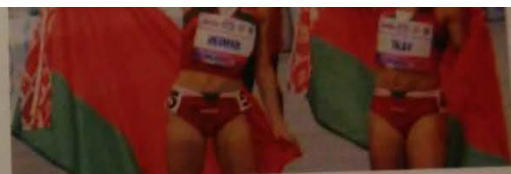
В 2018 году на первенствах мира и Европы представителями спортивного резерва завоевано 426 медалей: 145 золотых, 135 серебряных, 146 бронзовых (в 2017 году – 415), из них в олимпийских видах спорта 167 медалей (в 2017 году – 176 медалей).

Необходимо отметить, что вклад спортивного резерва в результаты выступлений на официальных международных спортивных соревнованиях стабильно составляет не менее половины всех медалей (в 2018 году – более 62 процентов), завоеванных белорусскими спортсменами.

СЛАЙД 11

В 2018 году зарегистрирован 51 спортивный рекорд Республики Беларусь.

За достигнутые результаты в спорте звание "Мастер спорта Республики Беларусь международного класса" присвоено 152 спортсменам (в 2017 году – 133 спортсменам), в том числе 113 спортсменам **в олимпийских видах спорта**, или **74,3 процента (в 2017 году – 77 спортсменам, 57,9 процента)**.



Звание "Мастер спорта Республики Беларусь" присвоено 688 спортсменам, из них 441 – **в олимпийских видах спорта**, или **64,1 процента (в 2017 году – 840 спортсменам, из них 528 – в олимпийских видах спорта, 62,9 процента)**.

Таким образом, несмотря на общее снижение количества спортсменов, которым присвоены спортивные звания, с вступлением в силу 1 сентября 2018 г. новой редакции Единой спортивной классификации удалось достигнуть положительной динамики в удельном весе количества спортсменов в олимпийских видах спорта, которым были присвоены спортивные звания.

СЛАЙД 12

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПЕДАГОГА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Достаточно серьезной проблемой представляется также отсутствие в настоящее время целенаправленной, долгосрочной подготовки специалистов в области физического воспитания и спорта непосредственно по выбранной специальности.

Вместе с тем, нельзя не отметить, что сам процесс подготовки кадров в области физического воспитания в целом отвечает современным требованиям. Сложившиеся за многие десятилетия традиции и методики обучения еще позволяют готовить конкурентоспособных специалистов по

физическому воспитанию во многих вузах страны. Однако очевидна тенденция к ослаблению данного процесса, связанная как с **объективными причинами** (старение высококлассных преподавательских кадров высшей квалификации, отсутствие серьезной финансовой поддержки материально-технического обеспечения учебного процесса и т.п.), так и с **конкретными субъективными** (нежелание, а в большинстве случаев и неумение, перестройки учебного процесса в соответствии с реалиями и потребностями современной жизни).

Выводы

1. Беларуси отмечается стабильный рост экономических показателей, относящихся к физкультурно-спортивной отрасли. Государство, правительство и министерство спорта и туризма совершает действия в направлении укрепления материально-технической базы, строительства новых современных спортивных объектов в Республике Беларусь.

2. Увеличение количества физкультурно-спортивных объектов, специализированных учебно-спортивных учреждений, а также числа занимающихся в них спортсменов, создает позитивные предпосылки для развития всей отрасли «Физическая культура и спорт» в целом: растет реальное предложение физкультурно-спортивных услуг для населения, предлагая широкий выбор и достойное качество; увеличивается количество рабочих мест как со стороны тренерско-преподавательского состава, так и со стороны обслуживающего отрасль персонала; рост числа спортивных объектов в стране стимулирует развитие строительной сферы, внедрение в этот процесс современных технологий, т.к. возводимые спортивные объекты должны соответствовать всем международным стандартам; стимулирование системы подготовки кадров для обеспечения нормальной работы отрасли и др.

3. Однако, видимое стремление к физическому совершенству является лишь внешним мотивом потребления, за которым зачастую прячется ожидание совершенно других результатов. Исследователями отмечается неготовность большинства людей поддержать курс правительства, направленный на оздоровление нации через развитие сети физкультурно-спортивных объектов, физкультурно-спортивных организаций и роста числа занимающихся ФКиС. В связи с этим дальнейший рост экономических показателей в этой отрасли экономики видится нами, прежде всего, не только в улучшении материально-технической базы спортивных объектов, но и в работе с населением через популяризацию здорового образа жизни, через разработку и внедрение новых инновационных проектов и программ, способствующих повышению желания и потребности людей в систематических занятиях физическими упражнениями. Именно потребности и мотивы людей должны определять перспективные направления в развитии отрасли «Физическая культура и спорт».

ТЕМА 10. ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ, РЕКРЕАТИВНОЙ, РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Лекция 10.1. Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно-реабилитационной физической культуры

План

1. Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры
2. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. Многообразие форм организации соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями.

Понятию **здоровье** принятое Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ): «Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов». Способность организма адекватно изменять свои функциональные показатели и сохранять оптимальность в различных условиях — наиболее характерный критерий нормы, здоровья (Р.Баевский, 1979).

Тесная связь состояния здоровья и физической работоспособности с образом жизни, объемом и характером повседневной двигательной активности доказана многочисленными исследованиями (Н.М.Амосов, В.К.Бальсевич, А.А.Виру, Л.П.Матвеев, Р. Е. Мотылянская I.Astrand, J.N.Wilmore и многие другие), которые убедительно свидетельствуют о том, что оптимальная физическая нагрузка в сочетании с рациональным питанием и образом жизни является наиболее эффективной в преодолении «коронарной эпидемии», предупреждении многих заболеваний и увеличении продолжительности жизни.

Чтобы физическая культура оказывала положительное влияние на здоровье человека, необходимо соблюдать определенные правила [8], [10]:

1) средства и методы физического воспитания должны применяться только такие, которые имеют научное обоснование их оздоровительной ценности;

2) физические нагрузки обязаны планироваться в соответствии с возможностями учеников;

3) в процессе использования всех форм физической культуры необходимо обеспечить регулярность и единство врачебного, педагогического контроля и самоконтроля. Периодичность и содержание врачебно-педагогического контроля зависят от форм занятий физическими упражнениями, величины физической нагрузки и других факторов.

Ведущая роль в оптимизации физкультурно-оздоровительного процесса

отводится проектированию различных физкультурно-оздоровительных систем на основе научно обоснованных и адекватных соотношений внешних и внутренних факторов развития человека.

К настоящему времени разработан и практически апробирован целый ряд авторских комплексов и программ физических упражнений оздоровительной направленности, которые предназначены для широкого использования. Основные их достоинства — доступность, простота реализации и эффективность. Это прежде всего:

- контролируемые беговые нагрузки (система Купера);
- режим 1000 движений (система Амосова);
- 10 000 шагов каждый день (система Михао Икай);
- бег ради жизни (система Лидьярда);

— калланетика: программа из 30 упражнений для женщин с акцентом на растяжение (система Пинкней Каллане) и т.д.

В настоящее время появились новые направления оздоровительной физической культуры, дающие несомненный оздоровительный эффект. К ним можно причислить оздоровительную аэробику и ее разновидности: степ, слайд, джаз, аква- или гидроаэробику, танцевальную аэробику (фанк-аэробику, сити-джем, хип-хоп и др.), велоаэробику, аэробику с нагрузкой (небольшой штангой), акваджогинг, шейпинг, стретчинг и т.д.

Разработана и внедрена в практику методология программирования *физкультурных занятий оздоровительной направленности, основанная на энергетических критериях эффективности занятий и имитационного и компьютерного моделирования процесса выполнения упражнений с проверкой их соответствия энергетическим возможностям конкретного человека или гомогенной по энергетическим возможностям группы людей* (В. И. Бондин, 1999).

Выбор той или иной методики занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью соотносится с реальной обстановкой, возможностями, запросами, иногда является делом индивидуального вкуса и интереса.

Оздоровительный эффект физических упражнений наблюдается лишь только в тех случаях, когда они рационально сбалансированы по направленности, мощности и объему в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

Оздоровительно-рекреативная физическая культура - это активный отдых, восстановление сил с помощью средств физического воспитания (занятия физическими упражнениями, подвижные и спортивные игры, туризм, охота, физкультурно-спортивные развлечения). Термин рекреация означает отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий или соревнований.

Основными видами рекреации являются туризм (пеший, водный, велосипедный), пешие и лыжные прогулки, купание, всевозможные массовые игры: волейбол, теннис, бадминтон и другие физкультурно-спортивные развлечения.

По количеству занимающихся рекреационные занятия могут быть индивидуальными или групповыми (семья, группа по интересам и т. д.).

Оздоровительно-реабилитационная физическая культура - это специально направленное использование физических упражнений в качестве средств лечения заболеваний и восстановления функций организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомления и других причин. Применение отдельных форм движений и двигательных режимов с этой целью прочно вошло в систему здравоохранения преимущественно в виде лечебной физической культуры (ЛФК).

Общее представление о лечении с помощью физических упражнений основывается на факте оздоровления организма обусловленного улучшением циркуляции крови и снабжения кислородом, как больных, так и здоровых тканей, повышением мышечного тонуса, сокращением жировых запасов.

В **оздоровительно-реабилитационной физической** культуре значительно возрастает роль таких методических принципов, как принцип индивидуализации и постепенного повышения нагрузок.

Оздоровительно-реабилитационное направление в нашей стране представлено в основном тремя формами:

- 1) группы ЛФК при диспансерах, больницах
- 2) группы здоровья в коллективах физической культуры, на физкультурно-спортивных базах и т. д.
- 3) самостоятельные занятия.

Литература:

1. Кривцун-Левшина, Л.Н. Организация и методика физкультурно-оздоровительной работы: пособие/Л.Н. Кривцун, В.П.Кривцун.-Витибск : ВГУ имени Машерова, 2018.-354 с.

2. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста: учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2018. – 223 с.

3.

Лекция 10.2. Адаптивная физическая культура как средство реабилитации инвалидов

Рост инвалидности населения в большинстве стран мира, что связано с усложнением производственных процессов, увеличением транспортных потоков, возникновением военных конфликтов, ухудшением экологической обстановки и другими причинами, обусловил появление новых областей человековедческих знаний, учебных и научных дисциплин, новых специальностей в системе высшего профессионального образования.

"Теория и методика адаптивной физической культуры", которая базируется на общей теории и методике физической культуры, однако в отличие от базовой дисциплины объект познания и преобразования в адаптивной физической культуре - не здоровые, а больные люди, в том числе и инвалиды. Необходимо подчеркнуть, что деятельность будущих специалистов адаптивной физической культуры будет осуществляться

именно с той категорией населения, которая утратила какие-либо функции на достаточно длительный срок, а зачастую - навсегда (например, лица, перенесшие ампутацию конечностей, удаление пораженного органа и др.). Все это требует значительной, а иногда принципиальной трансформации (приспособления, коррекции, или, по-другому, адаптации) задач, принципов, средств, методов, организационных форм основных разделов (или видов) базовой дисциплины применительно к столь необычной для физической культуры категории занимающихся. Отсюда название - "адаптивная физическая культура".

Проведенный А.В. Сахно [анализ отечественной и зарубежной литературы, посвященной проблеме здоровья, определению его качественных и количественных параметров, позволил ему утверждать, что между понятиями "здоровье человека" и "инвалидность человека" была воздвигнута непроходимая стена и что эти понятия трактовались как взаимоисключающие.

В частности, понятие "здоровье", изложенное в уставе Всемирной организации здравоохранения как "состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствия болезней и физических дефектов", фактически отождествляется с "абсолютным здоровьем" и, естественно, **не допускает и мысли о возможности наличия здоровья у инвалида, так как он обладает тем или иным дефектом (физическим или психическим).** Такая постановка вопроса, по существу, отказывала огромной группе людей - инвалидам - **в здоровье и здоровом образе жизни, ядром которого является рациональная двигательная активность человека** или, более обобщенно, физическая культура. Чтобы убедиться в этом, достаточно вспомнить, что допуск к занятиям физической культурой в школе, техникуме, вузе, в той или иной спортивной секции и тем более к участию в соревнованиях выдает врач, который должен констатировать соответствующий уровень здоровья у желающих участвовать в физкультурно-спортивной деятельности .

В отличие от адаптивной физической культуры медицинская реабилитация в большей степени направлена на восстановление нарушенных функций организма, а не на максимальную самореализацию человека в новых условиях, что требует от больного или инвалида значительно большей активности и самостоятельности. Кроме того, используемые в реабилитации средства так или иначе ориентированы на составляющие традиционной медицины: медицинскую технику, массаж, физиотерапию, психотерапию, фармакологию и т.п., а не на естественные факторы - движение, здоровый образ жизни, рациональное питание, закаливание и др.

СОДЕРЖАНИЕ И ЗАДАЧИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Рассмотрим ее виды и наиболее общие задачи.

Адаптивное физическое воспитание (образование). Содержание

адаптивного физического воспитания (образования) направлено на формирование у инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека; на более полную реализацию его генетической программы и, наконец, на становление, сохранение и использование оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств инвалида. Если вспомнить терминологию, предлагаемую Л.П. Матвеевым [9], то следует учесть, что в содержание адаптивного физического воспитания (образования) включено также содержание адаптивной базовой (школьной) и адаптивной профессионально-прикладной физической культуры.

Адаптивный спорт. Содержание адаптивного спорта (как базового, так и высших достижений) направлено прежде всего на формирование у инвалидов (особенно талантливой молодежи) высокого спортивного мастерства и достижение ими наивысших результатов в его различных видах в состязаниях с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем. Адаптивный спорт в настоящее время развивается преимущественно в рамках крупнейших международных Параолимпийского и Специального олимпийского движений.

Исходя из концепции И.М. Быховской [], рассмотревшей проблемы человеческой телесности в социокультурном измерении, именно **адаптивный спорт**, с обязательным участием инвалидов в учебно-тренировочном процессе и системе различных (включая международные) соревнований, создает наиболее подходящие условия именно для культурного бытия их телесности, важнейшим атрибутом которого является общение, участие в диалоге двух "я" [5].

Адаптивная физическая рекреация. Содержание адаптивной физической рекреации направлено на активизацию, поддержание или восстановление физических сил, затраченных инвалидом во время какого-либо вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием.

Адаптивная двигательная реабилитация. Содержание адаптивной двигательной реабилитации направлено на восстановление у инвалидов временно утраченных или нарушенных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок в связи с основным заболеванием, являющимся причиной инвалидности) после перенесения различных заболеваний, травм, физических и психических перенапряжений, возникающих в процессе какого-либо вида деятельности или тех или иных жизненных обстоятельств.

Основная задача **адаптивной двигательной реабилитации** заключается в формировании адекватных психических реакций инвалидов на

то или иное заболевание, ориентации их на использование естественных, экологически оправданных средств, стимулирующих скорейшее восстановление организма; в обучении их умениям использовать соответствующие комплексы физических упражнений, приемы гидровибромассажа и самомассажа, закаливающие и термические процедуры и другие средства (су-джок акупунктура и т.п.).

Основной проблемой для развития оздоровительных физической культуры и спорта инвалидов (лиц с ограниченными возможностями) - является отсутствие научно обоснованных программ. Для создания таких программ методически конструктивным подходом может быть отнесение всех категорий инвалидов к 3 группам:

- 1-я группа — социально и физически адаптированные;**
- 2-я — преимущественно социально неадаптированные;**
- 3-я—преимущественно физически неадаптированные инвалиды.**

Вся система физической культуры и спорта инвалидов разбивается на 4 подсистемы:

- лечебно-физкультурной реабилитации инвалидов;**
- физкультурно-оздоровительной работы с инвалидами;**
- массового спорта инвалидов;**
- спорта высших достижений, включая международные соревнования.**

Таким образом, очень кратко рассмотрены содержание и задачи основных видов адаптивной физической культуры. Они раскрывают потенциал возможностей средств и методов адаптивной физической культуры, каждый из которых, имея специфическую направленность, способствует в той или иной мере не только максимально возможному увеличению жизнеспособности инвалида, но и всестороннему развитию личности, обретению самостоятельности, социальной, бытовой, психической активности и независимости, совершенствованию в профессиональной деятельности и вообще достижению выдающихся результатов в жизни.

Лекция 10.3. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. Многообразие форм организации соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями

Адаптивная физическая культура — это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию, и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества.

Магистральным направлением адаптивной физической культуры является формирование двигательной активности, как биологического и социального факторов воздействия на организм и личность человека. Познание сущности этого явления — методологический фундамент адаптивной физической культуры. Впервые в Санкт-Петербургской Академии физической культуры им. П. Ф. Лесгафта открылся факультет адаптивной физической культуры, задачей которого является подготовка высококвалифицированных специалистов для работы в сфере физической культуры инвалидов, затем кафедра адаптивной физической культуры была создана в Московском городском педагогическом университете на факультете Педагогический институт физической культуры.

Методика адаптивной физической культуры имеет существенные отличия, обусловленные аномальным развитием физической и психической сферы ребенка. Именно эти базовые положения, касающиеся медикофизиологических и психологических особенностей детей разных нозологических групп, типичных и специфических нарушений двигательной сферы, специально-методические принципы работы с данной категорией детей, коррекционная направленность педагогического процесса определяют концептуальные подходы к построению и содержанию частных методик адаптивной физической культуры.

У человека с отклонениями в физическом или психическом здоровье адаптивная физкультура формирует:

1. Осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами среднестатистического здорового человека;
2. Способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
3. Компенсаторные навыки, то есть позволяет использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
4. Способность к преодолению необходимых для полноценного функционирования в обществе физических нагрузок;
5. Потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
6. Желание улучшать свои личностные качества;
7. Стремление к повышению умственной и физической работоспособности.

В настоящее время в мировом сообществе сложилось несколько направлений функционирования адаптивного спорта. Наибольшее распространение и признание мировой общественности получили три из них: паралимпийское, сурдлимпийское и специальное олимпийское.

В качестве квалификационного признака выделения этих видов до 1986 г. выступали нозологические группы (виды заболеваний, инвалидности)

участвующих в них спортсменов. Так, в паралимпийском движении принимали участие лица с поражениями опорно-двигательного аппарата и зрения; в сурдлимпийском - слуха; в специальном олимпийском - с поражением интеллекта. Эти направления адаптивного спорта курируют: Международный паралимпийский комитет (IPC), Международный спортивный комитет глухих (CISS) и Международная организация Специальной олимпиады.

Паралимпийское направление, до 1986 г. охватывающее лиц с поражением опорнодвигательного аппарата и зрения, включило в себя четыре группы инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата и одну - незрячих) :

1) лица с врожденными или приобретенными ампутациями конечностей;

2) лица, отнесенные медицинской классификацией к категории «прочие» (лица с анкилозами, артритами или артрозами больших суставов, болезнью Бехтерева, синдромом Барре-Гуилайна с постоянным парезом (параличом) рук, врожденными повреждениями опорно-двигательного аппарата (ар-трогруппоз), хондродистрофией (недоразвитостью), дисмелией, фокомелией (если не отнесены к ампутантам), обширным идиопатическим сколиозом или позвоночным анкилозом и др.);

3) лица с церебральными параличами (с нарушениями мозговой двигательной системы, в частности, с последствиями детского церебрального паралича);

4) лица с повреждениями спинного мозга (с последствиями травм позвоночника и спинного мозга);

5) лица с частичной и полной потерей зрения. Организацию работы в области адаптивного спорта (организацию проведения международных соревнований, составление календаря международных соревнований, подготовку к участиям в Паралимпийских играх и др.) для лиц первой и второй группы осуществляет Международная федерация инвалидов (для лиц с физическими недостатками) (ISOD); для лиц третьей группы - Международная ассоциация спорта и отдыха для спортсменов с церебральным параличом (с нарушениями мозговой двигательной системы) (CP-ISRA); для четвертой - Международная спортивная федерация лиц с повреждениями спинного мозга (с последствиями травм позвоночника и спинного мозга) или Международная Стоук-Мэндвильская спортивная организация колясочников (ISMWSF); для пятой - Международная спортивная ассоциация слепых (IBSA).

В 1986 г. произошло знаменательное событие для международного адаптивного спорта: была создана вторая международная спортивная организация, курирующая занятия двигательной и спортивной деятельностью лиц с поражением интеллекта - Международная спортивная федерация для людей с нарушениями интеллекта (INAS-FID).

Таким образом, современное состояние адаптивного спорта в мире требует введения еще одного основания для разделения направлений адаптивного спорта на группы (классы). Этим основанием (классификационным признаком) является модель соревновательной деятельности, реализуемая в том или ином направлении адаптивного спорта.

ГЛОССАРИЙ АФК

Адаптивный спорт — спорт для лиц с ограниченными возможностями (инвалидов). В настоящее время в мировом сообществе сложилось несколько направлений функционирования адаптивного спорта. Наибольшее распространение и признание мировой общественности получили три из них: паралимпийский спорт, сурдлимпийский спорт и специальный олимпийский спорт.

Паралимпийский спорт — спорт для лиц: с ампутациями конечностей; с церебральным параличом; с поражением спинного мозга (колясочников); с поражением зрения. На основе этого спорта развивается паралимпийское движение.

Программа «Объединенный спорт» — программа, созданная Международной организацией Специальной олимпиады в 1989 г. в целях расширения возможностей спортсменов - лиц с отклонениями в умственном развитии (с нарушением интеллекта), стремящихся выйти на новый уровень спортивной подготовки и активно участвовать в жизни общества. Программа объединяет приблизительно равное число спортсменов Специальной олимпиады и людей, не имеющих задержки умственного развития, в спортивные команды для тренировок и соревнований.

Программа «Специальная олимпиада -приСОЕдиняйтесь!» имеет своей целью ознакомить детей среднего школьного возраста с идеями Специальной олимпиады, рассказать о людях с ментальными нарушениями.

Специальный олимпийский спорт - спорт для лиц с отклонениями в умственном развитии (с нарушением интеллекта). На основе этого спорта развивается специальное олимпийское движение.

Специальный спортсмен - это спортсмен, который участвует в соревнованиях по программе Специальной олимпиады.

Сурдлимпийский спорт - спорт для лиц с поражением слуха.

Таксономия - теория классификации и систематизации сложноорганизованных областей действительности, имеющих обычно иерархическое строение.

Литература:

1. <http://elib.bspu.by/handle/doc/42074>
2. http://sportwiki.to/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82
3. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.
4. Полякова, Т. Д. Адаптивная физическая культура: учеб.-метод. пособие / Т. Д. Полякова ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2010. – 170 с.
5. Курдыбайло, С. Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: учеб. пособие / С. Ф. Курдыбайло, С. П. Евсеев, Е.Г. Герасимова. – М. : Советский спорт, 2003. – 184 с.

II. ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

ВОПРОСЫ К СЕМИНАРСКИМ ЗАНЯТИЯМ ПО РАЗДЕЛАМ И ТЕМАМ

Тема 1. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте

Вопросы для рассмотрения:

1. Комплекс наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучные, психолого-педагогические, социально-гуманитарные.
2. Специфика каждой группы научного знания.
3. Сущность эволюционного и системного подходов в изучении физической культуры и спорта и их значение для получения нового знания.
4. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.

Информационная часть:

Физическая культура и спорт выступают как мощное средство социального становления личности человека, активного совершенствования индивидуальных, личностных качеств, а также совершенствования профессионально значимых качеств, двигательной сферы и других. Таким образом, физическая культура и спорт являются важнейшим условием, а физическое воспитание - важнейшим средством всестороннего и гармоничного развития личности. Во всём мире роль физической культуры и спорта люди видят по-разному. Одни очень прохладно относятся к физической культуре и спорту и некоторые даже считают его бесполезной тратой времени. Другие люди видят смысл спорта и их, к счастью, больше

чем первых. Причём каждый из них может иметь разное отношение к физической культуре и спорту: кто-то предпочитает смотреть их по телевизору, кто-то предпочитает просто заниматься каким-либо видом спорта или общефизической подготовкой, ну а для кого-то спорт - это средство существования. Среди последних могут быть действующие спортсмены, тренеры, врачи, директора различных спортивных обществ, попечители спорта и др. И каждый из них вносит свой вклад в развитие спорта на нашей планете.

Хотелось бы отметить, что наиболее полезным для человека, да и для общества являются именно занятия физической культурой и спортом на любом уровне. Поэтому вопросы развития физической культуры и спорта в стране всегда будут актуальны.

Физическая культура – это неотъемлемая часть культуры, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья, совершенствования двигательных возможностей, способствующих гармоничному развитию личности.

Культура - это система ценностей, жизненных представлений, образцов поведения, норм, совокупность способов и приемов человеческой деятельности, объективированных в предметных, материальных носителях (средствах труда, знаках) и передаваемых последующим поколениям.

В ее структуре можно выделить три относительно самостоятельных компонента (аспекта): деятельностный, ценностный и результативный. Рассмотрим их сущность.

1. Деятельностный аспект физической культуры заключается в том, что физическое совершенствование происходит только в результате оптимальной, целенаправленной двигательной активности человека. Причем не любой, а только такой, которая осуществляется по законам физического воспитания, т.е. по законам развития силы, выносливости, законам формирования техники движений, законам активного отдыха и т.д.

В отличие от многих других видов физической активности человека, физкультурная деятельность имеет ряд принципиальных особенностей:

Во-первых, она обязательно содержит двигательный компонент, который в ней, как правило, является преобладающим.

Во-вторых, деятельность в сфере физической культуры представлена наиболее рациональными формами двигательных действий, имеющими свою конкретную методику занятий. При воспитании скоростных способностей, к примеру, методика будет существенно отличаться от таковой при воспитании общей выносливости практически по всем параметрам.

В-третьих, физкультурная деятельность человека всегда направлена на совершенствование самого себя, например овладение рациональной техникой упражнения, развитие двигательных способностей, формирование правильной осанки, укрепление здоровья и т.д. Цели, лежащие вне самого человека, хотя и могут существовать и решаться параллельно, но ведущими при этом не являются.

2. Ценностный аспект физической культуры, как следует из определения, представлен обширной совокупностью материальных и духовных ценностей, специально созданных для эффективного физического совершенствования человека.

Материальные ценности воплощены в физкультурно-спортивных сооружениях (стадионы, бассейны, залы), специальном оборудовании и инвентаре (гимнастические и легкоатлетические снаряды, лыжи, мячи, тренажеры и т.д.). Физкультурное занятие без таких предметных ценностей менее эффективно, либо просто невозможно.

Духовные ценности физической культуры представлены исторически отобранными и апробированными на практике физическими упражнениями, сконцентрированными в форме гимнастики, с ее громадным набором упражнений; спорта, игры и туризма, основанных на физической активности. Кроме того, к духовным ценностям физической культуры по праву относятся накопленные практикой и наукой специальные физкультурные знания, отраженные в соответствующих теориях физической культуры и спорта, и содержащиеся в различных методических пособиях, учебниках, монографиях, справочниках достижений, правилах соревнований и т.д.

3. Результативный аспект физической культуры включает в себя всю совокупность полезных результатов, которые человек приобрел в процессе деятельного использования ценностей физической культуры в своей жизни.

К ним можно отнести: полученные в процессе физкультурных занятий двигательные умения и навыки; саму способность быстро овладевать новыми движениями, развитую в ходе занятий; возросшую физическую работоспособность; пропорционально развитое телосложение и осанку; физкультурные знания; нравственные и эстетические качества, возвышающие личность человека и т.д.

Срочные и кумулятивные биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Их суть. Роль кумулятивных изменений в адаптации организма под влиянием систематической тренировки.

Литература:

1. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник для магистр. спец. вузов. - М.: ФГУП «Известия», 2001. - 3-е издан.

2. Матвеев, Л.П. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте: Программа дисциплины цикла ДНМ ГОС по направлению 521900 Физическая культура. - М.: РИО РГУФК, 2005. - 18 с.

3. Наскалов, В. М. Теория и методика физического воспитания : учеб.-метод. комплекс для студентов спец. 1-03 02 01, магистрантов спец. 1-08 80 04 и слушателей ИПК УО «ПГУ» спец. 1-89 02 75. В 2 ч. Ч. 1 / В.М. Наскалов. – Новополюцк : ПГУ, 2008. – 228 с.

Тема 2. Концептуальное представление о тенденциях развития физической культуры и спорта

Вопросы для рассмотрения:

1. Взаимообусловленность функций и форм физической культуры;
2. Структурно-функциональные особенности базовой и базово пролонгирующей, специализированно-прикладной, спортивной, адаптивной, оздоровительно-реабилитационной и других разновидностей физической культуры;
3. Концепция олимпийского образования, современная практика и перспективы ее реализации.
4. Спортсизация физического воспитания школьников.
Основные формы (виды и разновидности) физической культуры в современном обществе. Отличительные особенности базовой, профессионально-прикладной, оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры, спорта как компонента физической культуры.

Информационная часть:

Формы физической культуры – это структурно-оформившиеся виды и разновидности физической культуры. Формы и функции физической культуры взаимосвязаны и могут существенно влиять друг на друга.

Базовая физическая культура

- Школьная физическая культура
- Общая физическая подготовка взрослого населения

Спорт

- Массовый или базовый
- Спорт высших достижений
- Профессиональный спорт

Фоновая физическая культура

- Гигиеническая гимнастика
- Рекреационная физическая культура

Познавательная функция.

В процессе активной двигательной деятельности человек познает самого себя, свои физические и волевые качества, двигательные возможности. Кроме того, физкультурная и особенно спортивная практика раскрывает обществу человеческие возможности ранее ему неизвестные. Об этом можно судить по динамике мировых рекордов. Спорт высших достижений является своеобразной моделью для познания воздействия максимальных физических и психических нагрузок на организм человека.

Экономическая функция.

Экономическая ценность физической культуры видна на следующих примерах:

- производительность труда у людей систематически занимающихся физическими упражнениями выше на 3-5%;
- потери рабочего времени по причине простудных заболеваний, бытового и производственного травматизма у них снижены в 2-3 раза;

– оказание платных услуг: предоставление в аренду спортивных сооружений и инвентаря; продажа населению абонементов и разовых билетов на посещение катков, кортов, бассейнов, тренажерных залов и т.п.;

Функция досуга. В настоящее время в сфере досуга физическая культура используется в двух направлениях:

– активные занятия физкультурой и спортом, позволяющие удовлетворять разнообразные индивидуальные интересы и потребности людей. Например, развивать физические качества, компенсировать дефицит физических нагрузок, поддерживать уровень физического состояния, развлекаться, общаться и т.д.

– опосредованное «потребление» физической культуры через различные средства массовой информации, а именно чтение спортивной прессы, прослушивание спортивных репортажей, просмотр спортивных передач, посещение стадионов в качестве зрителя. Конечно, такие формы досуга не идут по своей реальной пользе ни в какое сравнение с активными занятиями физическими упражнениями, но их нельзя считать бесполезной тратой времени.

К специфическим функциям физической культуры относятся следующие:

- функция физического воспитания;
- оздоровительная функция;
- соревновательная функция.

Функция физического воспитания. Общество посредством физического воспитания стремится приобщить людей к ценностям физической культуры. Материальные и духовные ценности не значимы сами по себе, а только тогда, когда человек, приобщенный к физической культуре, данные ценности осваивает, с пользой применяет и по возможности развивает. От этого выигрывают и общество и сам человек.

Оздоровительно-рекреативная функция. Физическая активность – одно из важных условий жизни и развития организма. Человек рождается с потребностью двигаться. Двигательная активность необходима ему, так же как потребность в пище, кислороде, воде.

Соревновательно-достиженческая функция. Подавляющее большинство современных видов спорта основано на активной двигательной деятельности. Следовательно, такой спорт является неотъемлемой составной частью физической культуры.

Тема 3. Научно прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания

Вопросы для рассмотрения:

1. Характеристика целевых установок системы физического воспитания в контексте эволюционного развития человека;
2. Современное состояние программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания;

3. Пути формирования современных организационных основ отечественной системы физического воспитания;
4. Реализация Закона РБ «О физической культуре и спорте»;

Информационная часть:

Пути формирования современных организационных основ отечественной системы физического воспитания.

<http://elib.sportedu.by/handle/123456789/3065?show=full>



1. Согласно установившейся системе управления, государство в Республике Беларусь возлагает основную ответственность по развитию физической культуры и профессионального спорта на Министерство спорта и туризма, а также обеспечивает программы бюджетным финансированием. В настоящее время данный подход, отличающийся жесткой централизацией, к сожалению, не привел Беларусь к высоким спортивным достижениям в международном пространстве

2. Следовало бы пересмотреть существующие подходы в управлении спортом, путем увеличения роли общественных спортивных организаций (как принято в развитых странах) в экономической деятельности спортивной отрасли. Этого можно достигнуть путем принятия за основу смешанной модели управления, которая используется рядом европейских стран. В рамках смешанной модели управления общественные спортивные организации смогут самостоятельно формировать состав команд, определять стратегию и тактику подготовки, а также получать доходы за счет выпуска и реализации сувенирной продукции и спортивной атрибутики; заключения

рекламных контрактов; продажи прав на спортсменов и тренеров и т.д. В этом случае общественные спортивные организации получают возможность получения доходов, а также формирования инвестиционного портфеля и инвестиционной привлекательности.

3. Переход от жестко централизованной модели управления к смешанной можно осуществить путем заключения тройственных договоров (между МСиТ, НОК и спортивными организациями), регулирующих права и обязанности сторон. Активные действия по поощрению частных вливаний в спорт и стимулированию коммерческой деятельности в этой отрасли позволят снять нагрузку с бюджета при этом, существенно повышая вероятность достижения высоких спортивных результатов.

Литература:

1. Головчанская, Е. Э. Спорт как экономическая деятельность: проблемы управления и финансирования / Е. Э. Головчанская, И. Д. Клеймёнычева // Новая экономика. – 2013. – № 2. – С. 1-7

2. Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» от 4 января 2014 г. № 125-З // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь, 21.01.2014, 2/2123) <Н11400125>.

Тема 4. Оптимизация структуры многолетнего процесса физического воспитания

Вопросы для рассмотрения:

1. Феномен двигательной активности и современная методология его исследования;
2. Факторы биологического характера, детерминирующие двигательную активность.
3. Концепция двигательной активности человека как системы представлений об основных закономерностях управляемого развития и утилизации двигательного потенциала человека.
4. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных контингентов.
5. Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.

Информационная часть: Роль двигательной активности в жизни человека

Двигательная активность принадлежит к числу основных факторов, определяющих уровень обменных процессов организма и состояние его костной, мышечной и сердечно-сосудистой системы. Она связана тесно с тремя аспектами здоровья: физическим, психическим и социальным и в течение жизни человека играет разную роль. Потребность организма в двигательной активности индивидуальна и зависит от многих физиологических, социально-экономических и культурных факторов.

Уровень потребности в двигательной активности в значительной мере обуславливается наследственными и генетическими признаками. Для нормального развития и функционирования организма сохранения здоровья необходим определенный уровень физ. активности. Этот диапазон имеет минимальный, оптимальный уровни двигательной активности и максимальный.

Минимальный уровень позволяет поддерживать нормальное функциональное состояние организма. При оптимальном достигается наиболее высокий уровень функциональных возможностей и жизнедеятельности организма; максимальные границы отделяют чрезмерные нагрузки, которые могут привести к переутомлению, резкому снижению работоспособности.

1. В современном обществе, где тяжелый физический труд в течение короткого, с точки зрения развития человечества, периода времени оказался вытесненным машинами и автоматами, человека подстерегает опасность -- гипокinezия. Именно ей приписывается в значительной степени преимущественная роль в широком распространении так называемых болезней цивилизации. В этих условиях особенно высокую эффективность в поддержании и укреплении здоровья человека играет физическая культура.

2. Благотворное влияние физической нагрузки на человеческий организм поистине безгранично. Ведь человек изначально был рассчитан природой на повышенную двигательную активность. Сниженная активность ведёт ко многим нарушениям и преждевременному увяданию организма.

3. Под влиянием физических упражнений совершенствуется строение и деятельность всех органов и систем человека, повышается работоспособность, укрепляется здоровье.

4. Двигательная активность является ведущим фактором оздоровления человека, т.к. направлена на стимулирование защитных сил организма, на повышение потенциала здоровья.

5. Полноценная двигательная активность является неотъемлемой частью здорового образа жизни, оказывающей влияние практически на все стороны жизнедеятельности человека.

Литература:

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
2. Бальсевич В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К. Бальсевич. – М.: Советский спорт, 2009. – 220 с.
3. Годик М.А., Тимошкин В.Н. Исследование двигательной активности студентов с помощью компьютерной экспертизы // Теория и практика физ. культуры. 1990, № 2, с. 32-33.

Тема 5. Дидактическая проблематика в сфере физической культуры

Вопросы для рассмотрения:

1. Пути углубления принципов, средств и методов обучения двигательным действиям
2. Новые подходы в изучении закономерности двигательных умений и навыков.
3. Проблема соответствия методов этапа обучения и их соотношение, способствующее стабилизации динамичности и вариативности двигательных умений и навыков.
4. Проблема перестройки прочно сформированного двигательного навыка и пути ее решения.
5. Проблема соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств.

Информационная часть:

Физические качества и двигательные навыки, полученные в результате физических занятий, могут быть легко перенесены человеком в другие области его деятельности, и способствовать быстрому приспособлению человека к изменяющимся условиям труда, быта, что очень важно в современных жизненных условиях.

Между развитием физических качеств и формированием двигательных навыков существует тесная взаимосвязь.

Двигательные качества формируются неравномерно и неодновременно. Наивысшие достижения в силе, скорости, выносливости достигаются в разном возрасте.

В результате регулярных тренировок повышается прочность суставов, связок, а под влиянием специальных упражнений - и их эластичность и гибкость.

В результате тренировок в мышцах увеличивается число мышечных волокон, причем каждое волокно становится толще. Это и обеспечивает прирост мышечной силы. Под влиянием физических упражнений в мышцах повышается содержание миоглобина, способного легко соединяться с кислородом крови и отдавать его тканям мышц во время работы. В результате тренировок в мышцах возрастает количество капилляров и улучшается их снабжение питательными веществами и кислородом.

Тело нетренированных людей и их мышцы пребывают в бездействии. В результате - вяло работает весь организм, все органы и системы, нарушен обмен веществ.

Литература:

1. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2009. – 200 с.

2.Круцевич, Т. Ю. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 385 с.

3.Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю.Ф. Курамшин. М: Советский спорт, 2010. – 464 с.

Тема 6. Совершенствование технологий развития физических качеств и двигательных способностей

Вопросы для рассмотрения:

1. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей

2. Эволюционный подход в исследовании феномена физической активности человека (В.К. Бальсевич).

3. Проблема учета индивидуальных морфофункциональных и возрастных особенностей, моторных способностей и личностных мотиваций в процессе физического воспитания.

4. Фундаментальные закономерности развития двигательного потенциала человека.

5. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей

6. Основы теории и методики развития физических качеств и двигательных способностей учащихся.

Информационная часть:

Основы теории и методики развития физических качеств и двигательных способностей.

В анализируемых работах отмечается одна педагогическая особенность к рассмотрению наличных способностей и качеств спортсмена и человека, в основе которой лежит понимание, что прежние представления о двигательных качествах как о единых целостных не расчленяемых характеристиках двигательных актов оказались несостоятельными, двигательные проявления физических возможностей человека могут быть независимы друг от друга, в связи с чем обосновывается структурная организация двигательных способностей человека, зависящая от многих психических, психофизиологических компонентов, а для качеств — еще и от морфологических компонентов.

Проявления в двигательной деятельности человека стали рассматриваться не как разновидности силовых, скоростных, координационных и других способностей, а как самостоятельные компоненты системы двигательной подготовки человека, которые находятся в постоянно изменяющейся взаимосвязи и очень четко взаимообусловлены между собой. Именно потому в последние годы большинство авторов применяют понятие «двигательные способности».

Доктор педагогических наук В.И. Лях отмечает, что у разных людей уровень развития и сочетания, слагаемых названных физическими качествами очень различны. Поэтому в современной литературе используют

термин не “физические качества”, а “физические (двигательные) способности”: силовые, скоростные, координационные, к выносливости и гибкости. Понятие “физические способности” точнее передаёт смысл о сложном составе компонентов, входящих в ту или иную группу способностей, а также то, неодинаково развиты у каждого индивидуума. Однако вполне допустимо использовать оба понятия: “физические качества” и “двигательные способности”, как равнозначные. При этом нужно понимать, что, когда говорится о развитии силы мышц или быстроты, под этим следует понимать процесс развития соответствующих силовых и скоростных способностей.

Литература:

1. Круцевич, Т. Ю. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 385 с.
2. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю.Ф. Курамшин. М: Советский спорт, 2010. – 464 с.
3. Лях, В. И. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития / В. И. Лях. - М. : Терра-Спорт, 2000. - 192 с.
4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. - М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2008. - 544 с.

Тема 7. Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта

Вопросы для рассмотрения:

1. Спорт как социально-культурный феномен;
2. Прогнозы развития спорта высших достижений в свете гуманитарного знания;
3. Проблема изучения спорта как субкультуры (фанатизм, допинг в спорте);
4. Спортивное достижение как объект познания и оценки науки о спорте;
5. Основы современной системы подготовки в спорте.
6. Система подготовки национальных команд.
7. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении.

Информационная часть:

Основы современной системы подготовки в спорте.

В настоящее время разработка научных основ подготовки спортивного резерва является одной из ключевых проблем спорта высших достижений. Актуальность данной проблемы обусловлена следующими основными факторами:

- организация системы отбора юных спортсменов и учебно-тренировочного процесса практически не учитывает достижения спортивной науки и новейших информационных технологий;
- построение программ многолетней спортивной подготовки до настоящего времени лишено персонифицированного подхода, учитывающего генетические психофизические особенности юных спортсменов;
- недостаточен по качеству и оперативности контроль за психофизическим состоянием юных спортсменов, что является причиной большого процента отчислений по состоянию здоровья и прекращению роста спортивных результатов.

Вышеуказанные факторы, снижающие качество подготовки спортивного резерва и негативно влияющие на здоровье и результативность юных спортсменов, могут быть во многом преодолены за счёт применения современных компьютерных технологий.

Целью разработки инновационных технологий спортивной подготовки является обоснование такой стратегии развития спорта высших достижений, которая позволит на ближайшие годы и отдалённую перспективу обеспечить лидерство страны в мировом спорте на основе реализации принципиально новых подходов к формированию системы многолетней спортивной подготовки элитных спортсменов, способной обеспечить:

- непрерывный контроль состояния кинезиологических систем спортсмена в процессе выполнения тренировочных и соревновательных нагрузок;
- оптимизацию объемов, интенсивностей тренирующих нагрузок и динамики их ритмов в процессе осуществления этапов, периодов спортивной подготовки и проведения отдельных тренировочных занятий;
- профилактику срыва адаптации на этапах интенсивной подготовки и участия в соревнованиях;
- поиск нетрадиционных технологий и альтернативных подходов к совершенствованию структуры и повышению эффективности спортивной подготовки;
- формирование эффективной системы информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений;
- создание инфраструктуры научно-технологического обеспечения подготовки сборных команд и их резерва на базе многоцелевых и специализированных по видам спорта центров и мобильных групп НТО.

Развитие и внедрение этих подходов в практику спорта имеет принципиальное значение для повышения эффективности системы спортивного отбора, надёжности прогноза успешности соревновательной деятельности и синтеза «здоровьесберегающих» технологий в спорте высших достижений.

Литература:

1. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2008. –544 с.
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник для магистр. спец. вузов. - М.: ФГУП «Известия», 2001. - 3-е издан.
3. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: Учебник для спец. вузов. - Киев: Олимпийская литература, 1997.

Тема 8. Профессионализация современного спорта высших достижений

Вопросы для рассмотрения:

1. Проблематика дифференции современного движения и научно-теоретического обеспечения развития общедоступного спорта высших достижений
2. Профессионализация современного спорта высших достижений; - проблематика общедоступного спорта («спорта для всех»);
3. Развитие адаптивного спорта;
4. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов в спорте высших достижений и основные проблемы их реализации;
5. Система управления тренировочным процессом на основе объективизации знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом закономерностей становления спортивного мастерства.

Информационная часть: Проблематика дифференции современного движения

Массовый общедоступный спорт –это спорт, направленный на повышение уровня физической подготовленности населения, сохранение, развитие здоровья и работоспособности, а также служащий средством активного отдыха включает в себя:

- школьный и студенческий;
- профессионально-прикладной;
- рекреативный;
- кондиционный;
- ветеранов;
- спорт инвалидов.

Школьный и студенческий спорт решает образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Он ориентирован на достижение базовой физической подготовленности и оптимизации общей физической дееспособности, достижение спортивных результатов массового уровня

Профессионально-прикладной спорт является средством подготовки к определенной профессии (военное и служебное многоборье, пожарно-прикладной спорт, различные виды единоборств в различных родах войск).

Рекреативный спорт – средство здорового отдыха, восстановления, оздоровления организма и сохранения определённого уровня работоспособности.

Кондиционный спорт служит средством поддержания необходимого уровня работоспособности, повышения физической подготовленности людей, принимающих участие в массовых, официальных соревнованиях.

Спорт ветеранов – в нем участвуют спортсмены-ветераны, специализирующиеся в основном в спортивных играх, единоборствах, фигурном катании. Спортсмены поддерживают средний уровень физической подготовленности и очень высокий технический уровень. Выступления сопровождаются высоким техническим мастерством и артистизмом ради зрелищности и заработков.

Спорт для инвалидов служит средством их реабилитации, физической работоспособности, эмоциональной зарядки в процессе общественно полезной деятельности.

Спорт высших достижений – это деятельность, направленная на удовлетворение интереса к определённому виду спорта, на достижение высоких спортивных результатов, которые получают признание общества, на повышение собственного престижа и престижа команды, страны.

Спорт высших достижений вырастает из массового общедоступного спорта где промежуточное положение занимают спортсмены, занимающиеся в системе детских спортивных школ, клубов, секций.

Детско-юношеский спорт это:

1. Базовый спорт, обеспечивающий повышение физической подготовленности детей и подростков.

2. Процесс подготовки спортсменов высокой квалификации на начальных этапах многолетней подготовки (до 14-18 летнего возраста).

Достижения в большом спорте возможны только благодаря постоянной тренировочной работе с большими физическими и психическими нагрузками и напряжениями.

По статистическим данным из двух миллионов занимающихся детей и подростков в спорт высших достижений переходит только 2% (34,5 спортсменов), т.е. система спортивных школ и клубов работает как на спорт высших достижений так и на массовый общедоступный спорт.

Спорт высших достижений — деятельность, направленная на достижение высоких спортивных результатов, которые получают признание в обществе, на повышение как собственного престижа, так и престижа команды, а на высшем уровне — престижа Родины.

Достижения в большом спорте возможны только благодаря постоянной тренировочно-соревновательной деятельности с большими физическими и психическими напряжениями. Выступление в соревнованиях накладывает большую ответственность на спортсмена; высокая цена каждой ошибки, каждого неудачного старта становится фактором, определяющим жесткие

требования к его психике. В этом основная специфика спорта высших достижений.

В то же время спорт высших достижений вырастает из общедоступного спорта, связан с определенной преемственностью в отношении средств и методов подготовки, стимулирует массовое спортивное движение, создавая ориентиры достижений.

Современный спорт высших достижений неоднороден. В настоящее время в нем наметился ряд направлений:

- любительский спорт:
- профессиональный спорт.

Любительский (достиженческий) спорт – в настоящее время все больше приобретает признаки профессионального спорта в той его части, которая касается нагрузочных требований, организации тренировочно-соревновательной деятельности.

Представители любительского спорта высших достижений, как правило, являются студентами, учащимися или военнослужащими, что дает им право называть себя любителями т.к. спорт не является основным занятием, профессией (хотя заработки их в настоящее время часто граничат с заработками профессионалов). Спортсмены-любители почти всегда строят свою подготовку с прицелом на главные соревнования: Олимпийские игры, чемпионаты мира, Европы, России. Успешное выступление на этих соревнованиях позволяет им поднять свой рейтинг, и в дальнейшем, перейти, в профессиональный спорт и добиться более высоких гонораров.

Профессиональный спорт – это разновидность зрелищной индустрии, коммерческое предприятие, имеющее одну цель – получение прибыли. Это предпринимательская деятельность, целью которой является удовлетворение интересов профессиональных спортивных организаций, спортсменов избравших спорт своей профессией и зрителей.

Основное отличие профессионального спорта от так называемого любительского заключается в том, что он развивается как по законам бизнеса, так и по законам спорта в той мере, в какой их можно воплотить в подготовке спортсменов-профессионалов. На систему соревнований спортсменов-профессионалов оказывают влияние определенные целевые установки, заключающиеся в успешном выступлении в длинной серии стартов, следующих один за другим, что связано с материальными вознаграждениями за каждый старт в соответствии со «стоимостью» атлета на «спортивном рынке». В связи с этим часть профессионалов не ставит перед собой задачу войти в состояние наивысшей готовности спортивной формы только 2—3 раза в годичном цикле. В течение длительного периода времени они поддерживают достаточно высокий, однако не максимальный уровень подготовленности.

Профессиональный спорт – спорт, характеризующийся тем, что для участвующих в нем спортсменов является основным занятием, профессией. Может быть разделен на спорт высоких достижений и показательный, зрелищный спорт.

Литература:

1.Иванченко, Е. И. Основы системы спортивной подготовки: учеб.-метод. пособие / Е. И Иванченко. 2-е изд., стер. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2018. – 278 с.

2.Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.

3.Платонов, В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм / В. Н. Платонов. – М.: Советский спорт. 2010. – 310 с.

Тема 9. Проблематика разработки методологии и технологии моделирования и контроля процессов развития физкультурной и спортивной деятельности и ее результатов

Вопросы для рассмотрения:

1. Проблема разработки технологии моделирования и контроля процессов развития физкультурной и спортивной деятельности;
2. Построение моделей соревновательной деятельности;
3. Концепция построения моделей соревновательной деятельности на основе индивидуальных особенностей спортсменов;
4. Основы прогнозирования в спорте.

В теории и методике спорта выделяют две основные группы моделей, необходимые для оптимизации процесса управления спортивной тренировкой. В первую группу входят модели:

- 1) отражающие продолжительность и динамику становления спортивного мастерства в многолетнем плане, а также в пределах тренировочного года и макроцикла;
- 2) крупных структурных образований тренировочного процесса этапов многолетней подготовки, макроциклов и периодов подготовки;
- 3) тренировочных этапов, мезо и микроциклов;
- 4) тренировочных занятий и их частей;
- 5) отдельных тренировочных упражнений и их комплексов.

Во вторую группу входят модели:

- 1) характеризующие основные стороны подготовленности спортсмена;
- 2) характеризующие структуру соревновательной деятельности, необходимой для достижения заданного результата;
- 3) отражающие морфологические особенности организма и возможности отдельных функциональных систем, обеспечивающих достижение заданного уровня спортивного мастерства.

Алгоритм процесса моделирования предполагает выполнение определенных действий: изучение вопросов, для решения которых могут быть использованы модели, выяснение путей их применения и возможные ограничения; определение степени детализации модели (число параметров, включаемых в модель, характер связи между ними и виды управляющих

воздействий на систему); определение продолжительности времени моделирования, достаточного для того, чтобы успели проявиться все характерные признаки данного явления.

Следовательно, при разработке моделей нужно иметь четкое представление о сложности моделируемых объектов, явлений и процессов, структурной и функциональной взаимосвязи моделей, относящихся к различным сторонам тренировочного процесса, необходимости преимущественно количественного выражения основных характеристик моделей.

Разрабатывая модельные характеристики подготовленности и соревновательной деятельности, надо ориентироваться на показатели, характеризующие сформированность соответствующих качеств и способностей, подлежащих целенаправленному воздействию тренировочными и соревновательными средствами. Разрабатывая модельные характеристики подготовленности и соревновательной деятельности, желательно выражать их количественные характеристики, конкретизировать применительно не только к виду спорта и его отдельным дисциплинам, но и к конкретному спортсмену.

Также необходимо предусмотреть возможность использования нескольких вариантов моделирования отдельных параметров различных структурных образований тренировочного процесса или в зависимости от состояния организма спортсмена в различных стадиях соревновательной деятельности.

Прогнозирование и планирование пронизывают все уровни управления спортивной деятельностью.

Прогнозирование, является функцией управления. Значение прогнозирования в системе всех функций управления таково, что оно является исходным и основным, когда применяется на первой стадии управленческого цикла, и вспомогательным, когда используется на последующих стадиях этого процесса. Все остальные функции управления могут быть успешно выполнены, если они учитывают прогностическую информацию и обеспечивают реализацию прогностических выводов и рекомендаций. Именно поэтому без прогнозирования невозможно эффективное управление вообще и планирование в частности.

Прогнозирование - научная основа планирования и управления спортивной деятельностью. Прогноз необходим еще до принятия соответствующих плановых решений.

Эффективность рассчитанных на период предсоревновательной подготовки планов определяется краткосрочным прогнозированием. Перспективные же планы, как правило, составляются на длительный период на основе долгосрочного прогноза.

Спортивный прогноз не является окончательной рекомендацией или выбором, это только многовариантная, научно обоснованная объективная оценка. Из всех возможных вариантов будущего на основе критерия

оптимальности развития спортсмена выбирается и утверждается наиболее эффективный.

Литература:

- 1.Иванченко, Е. И. Виды подготовки в спорте: учеб.-метод. пособие / Е.И. Иванченко ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2014. – 261 с.
- 2.Иванченко, Е. И. Основы системы спортивной подготовки: учеб.-метод. пособие / Е. И Иванченко. 2-е изд., стер. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2018. – 278 с.
- 3.Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.
- 4.Коледа, В. А. Теория спорта : учебное пособие / В. А. Коледа, В. В. Клинов. – Мозырь: МГПУ им. И. П. Шамякина, 2017. – 197 с.

Тема 10. Проблема реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья и практической подготовки педагога-преподавателя физической культуры

Вопросы для рассмотрения:

1. Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья населения
2. Аспекты профилактики вредных пристрастий: табакокурения, потребления спиртных напитков, наркотиков, нарушений режима сна и питания. Современные пути решения проблем в формировании здорового образа жизни.
3. Выявить основные противоречия между реалиями социального заказа, компетентностью специалистов – выпускников вузов физической культуры и системой их подготовки.
4. Обобщить мировой опыт подготовки специалистов в сфере физической культуры.
5. Обосновать организационно-педагогические условия активизации учебной (познавательной) деятельности студентов.

Информационная часть: Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья населения

Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов.

Физическое здоровье - это состояние организма, при котором показатели основных физиологических систем лежат в пределах физиологической нормы и адекватно изменяются при взаимодействии человека с внешней средой.

Физическое (соматическое) здоровье отражает текущее состояние органов и систем органов человеческого организма; уровень их развития и функциональных возможностей, степень адаптации к различным факторам внешней среды. Основу физического здоровья составляет биологическая программа индивидуального развития человека, которая опосредована базовыми потребностями, доминирующими у него на различных этапах.

Важной проблемой представляется **вопрос относительно подготовки квалифицированных кадров в области физического воспитания**. В данном аспекте особое внимание хотелось бы обратить не только на уже отмеченную необходимость возрождения престижности профессии преподавателя и тренера, но и на решение проблемы эффективного трудоустройства выпускников факультетов физического воспитания университетов и институтов физической культуры

Особенно остро данная проблема стоит в отношении специалистов по физической реабилитации: будучи достаточно хорошо подготовленными как в теоретическом, так и в практическом отношении, они в большинстве случаев испытывают серьезные трудности с трудоустройством в учреждения медицинского профиля, что связано с отсутствием полноценных, согласованных договоренностей между министерствами здравоохранения, образования и науки и министерством по делам семьи, молодежи и спорта.

Вместе с тем, реальная потребность в специалистах данного профиля высока. Не менее важной является также проблема подготовки полноценных высококвалифицированных **кадров в области спортивной медицины**. Хорошо известно, что практически все работающие в области физической культуры и спорта врачи не имеют образования специальной направленности, связанного со спортивной медициной.

Достаточно серьезной проблемой представляется также отсутствие в настоящее время целенаправленной, долгосрочной подготовки специалистов в области физического воспитания и спорта непосредственно по выбранной специальности.

Вместе с тем, нельзя не отметить, что сам процесс подготовки кадров в области физического воспитания в целом отвечает современным требованиям. Сложившиеся за многие десятилетия традиции и методики обучения еще позволяют готовить конкурентоспособных специалистов по физическому воспитанию во многих вузах страны. Однако очевидна тенденция к ослаблению данного процесса, связанная как с **объективными причинами** (старение высококлассных преподавательских кадров высшей квалификации, отсутствие серьезной финансовой поддержки материально-технического обеспечения учебного процесса и т.п.), так и с **конкретными субъективными** (нежелание, а в большинстве случаев и неумение, перестройки учебного процесса в соответствии с реалиями и потребностями современной жизни).

Литература:

1.Ильинич, В.И. Физическая подготовка студентов вузов / В.И. Ильинич. – М.: Высшая школа, 1978. – 144 с.

2.Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учеб. для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Мн.: Тесей, 2003. – 528 с.

Тема 11. Проблемы оздоровительной, рекреативной, реабилитационной и адаптивной физической культуры

Вопросы для рассмотрения:

1. Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры

2. Характеристика исторически сложившихся и современных систем физических упражнений в различных регионах мира (йога, ушу, аэробика и др.).

3. Проблема снижения интереса к традиционным для системы физической культуры средств физического воспитания. Проблемы спортивно-реабилитационной физической культуры.

4. Методологические основы адаптивной физической культуры.

5. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры.

6. Педагогические функции структурных компонентов адаптивной физической культуры.

7. Параолимпийское движение Беларуси, дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси.

Информационная часть: Параолимпийское движение Беларуси

1. Паралимпийский комитет Республики Беларусь – общественная организация, признанная Международным паралимпийским комитетом, которая возглавляет паралимпийское движение Беларуси и руководствуется в своей деятельности законодательством, Уставом Международного паралимпийского комитета и своим уставом.

2. Организации, возглавляющие дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси, – общественные организации, признанные соответствующими международными спортивными организациями, возглавляющими международные дефлимпийское движение, специальное олимпийское движение, которые руководствуются в своей деятельности законодательством, уставами указанных международных спортивных организаций и своими уставами.

3. Паралимпийский комитет Республики Беларусь, организации, возглавляющие дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси, участвуют в проведении совместно с Министерством спорта и туризма Республики Беларусь, Министерством труда и социальной защиты Республики Беларусь, Министерством здравоохранения Республики Беларусь, Министерством образования

Республики Беларусь единой государственной политики развития физической культуры и спорта инвалидов.

4. Государство оказывает содействие Паралимпийскому комитету Республики Беларусь, организациям, возглавляющим дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси, в реализации их уставных целей.

Подробнее: https://kodeksy-by.com/zakon_rb_o_fizicheskoy_kulture_i_sporte/19.htm

Литература:

1. Фурманов, А. Г. Физическая рекреация: активный отдых, спорт для всех, оздоровление, туризм : учеб. для студентов вузов по специальности «Туризм и гостеприимство» / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2012. – 495 с.

Тема 12. Антидопинговый контроль

Вопросы для рассмотрения

1. Понятия «допинг». История допинга и антидопингового контроля.
2. Классификация допинговых средств и методов. Механизм действия на организм. Краткая характеристика.
3. Общие положения антидопингового контроля. Организация и проведение антидопингового контроля.
4. Дисциплинарные процедуры и санкции при допинговых нарушениях.

Информационная часть: Проблема допинга в спорте – одна из наиболее острых проблем.

Допинг – введение в организм спортсмена любым путем (вдыхание, таблетки, инъекции и др.) перед соревнованием, в ходе такового или в процессе непосредственной подготовки средств, искусственно повышающих работоспособность и спортивный результат и могущих создать опасность для здоровья при условии, если оно входит в список запрещенных МОК препаратов.

История допинга ведет отсчет со времен первых Олимпийских игр. С 1968 г. антидопинговый контроль стал обязательной процедурой, проводимой на всех спортивных соревнованиях различного уровня.

Запрещенные вещества и методы представляются в виде списка, утверждаемого [Всемирным антидопинговым агентством](#) (ВАДА). ВАДА было создано в ноябре 1999 года по совместной инициативе спортивных организаций и правительств, с целью поддержания и развития спорта, свободного от допинга. ВАДА координирует усилия по борьбе с допингом в спорте на национальном и международном уровнях через образовательные и информационные программы, а также проведение научных исследований. ВАДА координирует различные научные программы, выделяя финансовые средства на исследование запрещенных в спорте веществ и методов. ВАДА также занимается подготовкой и распространением материалов по борьбе с

допингом, предназначенных для спортсменов всех возрастов в разных странах мира. Кроме того, ВАДА проводит программы внесоревновательного тестирования. С 1 января 2004 года ВАДА занимается аккредитацией лабораторий по всему миру, подготовкой и публикацией запрещенного списка.

Запрещенный список – это международный стандарт, определяющий какие субстанции и методы запрещены в спорте. В списке также указаны вещества, которые запрещены для отдельных видов спорта. Каждый год ВАДА публикует новую версию запрещенного списка. Новая версия публикуется за три месяца до вступления списка в силу. Действующий запрещенный список можно найти на сайте ВАДА: www.wada-ama.org.

2. Структура запрещенного списка Всемирного антидопингового кодекса включает три составные части.

1. *Субстанции и методы, запрещенные в спорте постоянно* (в соревновательный и во внесоревновательный периоды):

- S1. Анаболические агенты.
- S2. Гормоны и связанные с ними субстанции.
- S3. Бета -2 агонисты.
- S4. Агенты с антиэстрогенной активностью.
- S5. Диуретики и другие маскирующие агенты.
- M1. Усиление переноса кислорода.
- M2. Химические и физические манипуляции.
- M3. Генный допинг.

2. *Субстанции и методы, запрещенные только на соревнованиях*: Включены все категории из первого раздела, а также:

- S6. Стимуляторы.
- S7. Наркотики.
- S8. Каннабиноиды (марихуана, гашиш).
- S9. Глюкокортикостероиды.

3. *Субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта*:

- P1. Алкоголь
- P2. Бета-блокаторы

ВСЕГДА консультируйтесь с вашей международной федерацией, чтобы знать, какие субстанции и методы запрещены в вашем виде спорта, поскольку отдельные субстанции могут быть добавлены в третий раздел запрещенного списка. ВСЕГДА будьте осторожны при приеме субстанций, прием которых разрешен во внесоревновательный период. Их применение непосредственно перед началом соревнований, может привести к положительному результату допинг-контроля во время соревнований.

3. Основные антидопинговые положения (правила):

1. Антидопинговые Правила должны применяться национальными федерациями и континентальными ассоциациями, спортсменами, персоналом, обслуживающим спортсменов, и другими лицами, которые

относятся к национальным федерациям (<https://nada.by>) и континентальным ассоциациям.

2. Для того чтобы быть допущенным к международным соревнованиям или участвовать в них спортсмены, персонал, обслуживающий спортсменов, и другие лица должны подписать соглашение о выполнении Антидопинговых Правил и Регламентов в той форме, которую определяет Совет ВАДА.

3. В обязанности каждой национальной федерации входит обеспечение контроля за тем, чтобы все тестирование в ходе соревнований национального уровня, а также внесоревновательное тестирование спортсменов членов этой национальной федерации, а также обработка результатов этого тестирования проходило в соответствии с Антидопинговыми Правилами и Регламентами.

4. Для осуществления общих консультаций по всем антидопинговым вопросам создается Медицинская и Антидопинговая комиссия, которая отвечает за издание Антидопинговых Правил и изменений к ним по мере необходимости.

5. Антидопинговые Правила включают или непосредственно, или в виде ссылки следующие документы: список запрещенных веществ и методов; международные стандарты тестирования; международные стандарты для лабораторий; международные стандарты для использования медикаментов исключительно по терапевтическим показаниям.

6. Список запрещенных веществ постоянно пересматривается комиссией по допингу, и комиссия может добавлять какие-то новые вещества или изменять этот список. Такие добавления или изменения должны утверждаться Советом и вступать в силу через три месяца после даты утверждения. Список запрещенных веществ и методов должен быть опубликован, каждая национальная федерация должна обеспечить (или через вебсайт, или другим образом) доступность действующего списка для всех спортсменов и других лиц, находящихся в ее юрисдикции.

7. Процедурные и административные Правила проведения допинг-контроля определяются Антидопинговой комиссией. Эти правила известны как «Процедурные Правила допинг-контроля». Любое предлагаемое изменение к ним должно быть утверждено Советом и вступает в силу через три месяца после даты утверждения.

8. ВАДА или ее члены могут передать полномочия по забору проб любой федерации, правительственному агентству или любой третьей стороне по своему усмотрению.

9. Каждый спортсмен в соответствии с Антидопинговыми Правилами может быть подвергнут тестированию как в ходе соревнований, так и в ходе внесоревновательного периода в любое время и в любом месте. Спортсмены должны прибыть к месту проведения допинг-контроля, когда им объявляет об этом лицо, имеющее полномочия проводить тестирование.

10. Допинг определяется как случай одного или нескольких нарушений антидопингового правила.

11. Спортсмены или другие лица обязаны знать, что представляет собой нарушение антидопингового правила и те вещества и методы, которые включены в список запрещенных веществ и методов.

12. Нарушениями антидопингового правила выступают при наличии запрещенного вещества или его метаболитов или маркеров в пробе спортсмена; при отказе спортсмена от пробы после получения уведомления об этом от ответственного сотрудника; при отказе от внесоревновательного тестирования, при обмане или попытке обмана в ходе любой части процесса допинг контроля; при оказании помощи или побуждении других использовать запрещенное вещество; при обороте, торговле и распространении запрещенных средств; при признании в получении преимущества или использование запрещенного вещества или запрещенного метода.

13. Спортсмены, которые могут документально подтвердить, что по состоянию здоровья им требуется использование запрещенного вещества или запрещенного метода, должны получить разрешение (TUE) на использование медикаментов исключительно по терапевтическим показаниям.

Разрешение на терапевтическое использование всегда выдается на строго определенный период. При этом спортсмен должен строго следовать предписаниям применения данного вещества, соблюдая дозировки и используя предписанные методы.

14. Если совершено допинговое нарушение, дисциплинарные меры проводят в три этапа: предварительное отстранение; заслушивание; санкция (дисквалификация) или оправдание.

Подробнее: Список запрещенных веществ Всемирного антидопингового агентства www.wada-ama.org

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студента по учебной дисциплине

Самостоятельная внеаудиторная работа заключается в изучении основной и дополнительной литературы, монографий и периодической литературы, подготовке сообщений, рефератов и презентации по теме реферата, докладов по вопросам развития физического воспитания в различных странах.

Перечень заданий для самостоятельной работы:

- подготовка к лекциям и семинарским занятиям;
- проработка тем (вопросов), вынесенных на самостоятельное изучение;
- изучение тем и проблем, не вынесенных на лекции;

-подготовка сообщений, тематических докладов, презентаций, рефератов;

- конспектирование учебной литературы;
- составление обзора научной литературы по заданной теме;
- подготовка к зачету, экзамену.

Контроль самостоятельной работы осуществляется в виде:

- обсуждения рефератов;
- оценки устного ответа на вопрос по сообщению или докладу;
- проверки рефератов, письменных докладов;
- проверки конспектов научной литературы;
- индивидуальные беседы.

Учебно - методическое обеспечение самостоятельной работы магистрантов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

Перечень заданий самостоятельной работы магистрантов

Раздел 1. СИСТЕМА НАУЧНОГО ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Тема1. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания

Вопросы для изучения:

1.Высокие технологии управления индивидуального развития и достижения предела человеческих возможностей в сфере активной двигательной деятельности.

2.Необходимость перевода правил и принципов спортивной тренировки на решение задач физического воспитания.

3.Характеристика концепции конверсии высоких технологий спортивной подготовки и организации спортивной деятельности.

Раздел 2. КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ТЕНДЕНЦИЯХ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Тема 2.1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии

Вопросы для изучения :

1.Понятия «тело» и «телесность».

2. Эстетическая и терапевтическая функция телесных практик.

3. Аутентичное движение и мудрость тела в самопознании, в самораскрытии и творческом вдохновении человека.

Тема 2. 2.Спортизация физического воспитания школьников

Вопросы для изучения :

1. Основные направления, принципы и цели спортизации физического воспитания в общеобразовательной школе.

2. Спортивное образование как единая методика преподавания физической культуры.

3. Основные положения методики преподавания спортивного образования.

4. Концепция олимпийского образования, современная практика и перспективы ее реализации.

Раздел 3. НАУЧНО ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**Тема 3.1. Проблема формирования и эффективности
организационных основ отечественной системы физического
воспитания**

Вопросы для изучения:

1. Развитие общественных и спортивных организаций, спортивных движений и инициатив и пути повышения эффективности их деятельности.

2. Анализ закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» и проблем, связанных с современной практикой спортивного движения и процессами профессионализации и коммерциализации спорта.

Раздел 4. ОПТИМИЗАЦИЯ СТРУКТУРЫ МНОГОЛЕТНЕГО ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**Тема 4.1. Научно-теоретические основы построения физического
воспитания как многолетнего процесса**

Вопросы для изучения:

1. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных возрастных контингентов.

2. Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.

3. Закономерности возрастного моторного и психического развития, обязательность двигательной активности в течение всей жизни, потребности человека в двигательной активности.

Раздел 5. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМАТИКА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Тема 5.1. Пути углубления принципов, средств и методов обучения
двигательным действиям**

Вопросы для изучения :

1. Новые подходы в изучении закономерности двигательных умений и навыков.

2. Обучение двигательному действию как процесс целенаправленного управления формированию двигательного умения и навыка в свете теоретических построений Н.А. Бернштейна, А.А. Ухтомского, В.С. Фарфеля.

Раздел 6. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Тема 6.1. Синситивность в развитии двигательных способностей человека

Вопросы для изучения :

1. Типы синситивности, детерминирующих эффективность воздействий при стимулированном развитии двигательного потенциала: генотипическая и фенотипическая.
2. Проблематика исследования компонентов двигательных способностей.
3. Совершенствование технологий развития физических качеств и двигательных способностей.
4. Формирование спортивной генетики как области научного знания.

Раздел 7. ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШЕЙ РАЗРАБОТКИ ТЕОРИИ И ТЕХНОЛОГИИ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА

Тема 7.1. Профессионализация современного спорта высших достижений

Вопросы для изучения:

1. Дифференциация профессионального спорта («профессионально-супердостиженческий» спорт и «профессионально-коммерческий» спорт) в свете гуманитарной ценности спорта.
2. Проблематика «спорта для всех».
3. Проблема развития адаптивного спорта.

Тема 7.2. Соревновательная деятельность спортсмена как ядро спортивных соревнований

Вопросы для изучения:

1. Понятия спортивного соревнования и спортивного состязания.
2. Общие черты и структура соревновательной деятельности спортсмена.

Раздел 8. Проблема разработки технологии моделирования и контроля процессов

Тема 8.1. Научно-методические основы прогнозирования в спорте

Вопросы для изучения:

1. Методы прогнозирования. Виды прогнозирования и их значение.
2. Виды прогнозирования и их значение в спортивной практике.

Раздел 9. Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья и практической подготовки педагога-преподавателя физической культуры

Тема 9.1. Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья населения

Вопросы для изучения :

1.Аспекты профилактики вредных пристрастий: табакокурения, потребления спиртных напитков, наркотиков, нарушений режима сна и питания.

2.Современные пути решения проблем в формировании здорового образа жизни.

Тема 9.2. Выявить основные противоречия между реалиями социального заказа, компетентностью специалистов – выпускников вузов физической культуры и системой их подготовки.

Вопросы для изучения :

1.Обобщить мировой опыт подготовки специалистов в сфере физической культуры.

2. Обосновать организационно-педагогические условия активизации учебной (познавательной) деятельности студентов.

Раздел 10. Проблемы оздоровительной, рекреативной, реабилитационной и адаптивной физической культуры

Тема 10.1. .Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры

Вопросы для изучения:

1.Проблема снижения интереса к традиционным для системы физической культуры средств физического воспитания.

2.Характеристика исторически сложившихся и современных систем физических упражнений в различных регионах мира (йога, ушу, аэробика и др.).

3.Проблемы спортивно-реабилитационной физической культуры.

Тема 10.2. Методологические основы адаптивной физической культуры.

Вопросы для изучения:

1.Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры.

2.Педагогические функции структурных компонентов адаптивной физической культуры.

3. Параолимпийское движение Беларуси, дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси.

Тема 11. Антидопинговый контроль

Вопросы для рассмотрения

5. Понятия «допинг». История допинга и антидопингового контроля.

6. Классификация допинговых средств и методов. Механизм действия на организм. Краткая характеристика.

7. Общие положения антидопингового контроля. Организация и проведение антидопингового контроля.

8. Дисциплинарные процедуры и санкции при допинговых нарушениях.

Литература для самостоятельного изучения:

1. Кобринский, М.Е. Белорусский олимпийский учебник: учеб. пособие / М.Е. Кобринский, Л.Г. Тригубович. – Минск: БОА, 2005. – 240 с.
2. Купчинов, Р.И. Теория и методика физического воспитания в терминах, понятиях, вопросах и ответах: учеб.-метод. пособие / Р. И. Купчинов. – Минск : БНТУ, 2006. – 279 с.
3. Кривцун-Левшина, Л.Н. Организация и методика физкультурно-оздоровительной работы: пособие/Л.Н. Кривцун, В.П.Кривцун.-Витибск : ВГУ имени Машерова, 2018.-354 с.
4. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний: учеб. пособие / В. П. Лукьяненко. – М. : Советский спорт, 2003. – 224 с.
5. Лях, В. И. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития / В. И. Лях. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
6. Логвин, В.П. Методы контроля и самоконтроля физического состояния при занятиях оздоровительной физической культурой и спортом: пособие / В.П. Логвин. – Мн.: БГУФК, 2009.
7. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста: учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2018. – 223 с.
8. Овчаров, В. С. Настольная книга учителя физической культуры: метод. пособие / В. С. Овчаров. – Минск : Сэр-Вит, 2008. – 200 с.
9. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие / А. М. Митяева. – М. : Академия, 2010. – 192 с.
10. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера / Н. Г. Озолин. – М. : АСТ: Астрель, 2004. – 864 с.
11. Подготовка диссертационной работы к защите :практ. рук. / сост.: Т. Д. Полякова, В. А. Данилович. – 3-е изд., доп. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2010. – 90 с.
12. Селуянов, В. Н. Технология оздоровительной физической культуры / В. Н. [Селуянов](#). – М. : [Дивизион](#), 2016. – 192 с.

III РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

3.1 Средства диагностики учебной деятельности магистрантов

Средства диагностики

Для контроля качества образования используются следующие средства диагностики:

- устный опрос во время семинарских занятий;

- составление, представление и обсуждение представленных рефератов и презентации по отдельным разделам, темам или вопросам;
- дискуссионное обсуждение на семинарских занятиях отдельных тем или вопросов;
- экзамен.

3.2. Контрольные вопросы по дисциплине «Современные проблемы физической культуры и спорта»

1. Современная система наук, изучающих физическую культуру и спорт.
2. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте.
3. Сущность эволюционного подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
4. Сущность системного подхода в изучении физической культуры и спорта и его значение для получения нового знания.
5. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.
6. Проблема конверсии технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания.
7. Социальная обусловленность видов и разновидностей физической культуры и проблема их эффективности.
8. Проблема эффективности традиционных для отечественной системы физического воспитания средств и методов.
9. Научно-методические аспекты аккультурации заимствованных систем физических упражнений.
10. Научно-теоретические аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.
11. Проблема соответствия содержания закона РБ «О физической культуре и спорте» современной практике физической культуры и спорта.
12. Современная теория обучения двигательным действиям.
13. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса.
14. Двигательная активность человека в свете эволюционного подхода и закономерности развития и утилизации двигательного потенциала индивида.
15. Предметная область и задачи спортивной генетики как новой области знания.
16. Синситивность в развитии двигательных способностей человека. Виды синситивности и их значение для практики физического воспитания.
17. Методологические аспекты построения современной теории подготовки спортсменов.
18. Современная система знаний, отражающих закономерности подготовки спортсменов.

19. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов и их научно-методическое обеспечение.

20. Научно-теоретические основы подготовки национальных команд ведущих спортивных стран мира.

21. Основные направления совершенствования системы подготовки в олимпийском спорте.

22. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении.

23. Проблема определения результата соревновательной деятельности в современном спорте.

24. Проблема построения стратегии и тактики соревновательной деятельности в условиях современной соревновательной практики.

25. Проблема повышения эффективности техники в спорте высших достижений.

26. Структура соревновательной деятельности в современном спорте.

27. Проблема рациональной подготовки спортсменов в свете современных аспектов теории адаптации.

28. Проблематика изучения нагрузок, применяющихся в спорте, и их влияние на организм спортсмена.

29. Актуальные аспекты методики совершенствования техники спортсменов.

30. Перспективные направления совершенствования психологической подготовки спортсменов с учетом изменений соревновательной практики.

31.. Современные аспекты совершенствования методики развития силы.

32. Современные аспекты совершенствования методики развития гибкости.

33. Современные аспекты совершенствования методики развития скоростных способностей.

34. Современные аспекты совершенствования методики развития координационных способностей.

35. Современные аспекты совершенствования методики развития выносливости.

36. Проблема отбора и ориентации спортсменов в системе многолетней подготовки.

37. Научно-теоретические основы управления в системе подготовки спортсменов и актуальные аспекты его совершенствования в современных условиях.

38. Сущность моделирования в спорте и перспективные направления его развития. Виды моделей.

39. Сущность, методы и виды прогнозирования в спорте.

40. Актуальные направления борьбы с применением допинга. Деятельность Всемирного антидопингового агентства (WADA).

3.3.Пример контрольной работы (тесты)

1. Физическая культура это: 1) часть общей культуры, призванная развивать и совершенствовать физическое состояние человека; 2) часть общей культуры, совокупность материальных и духовных ценностей в сфере двигательной деятельности человека; 3) наука о природе двигательной деятельности человека.

2. Физическое воспитание это: 1) часть воспитания, результат развития физических и психических качеств личности; 2) педагогический процесс развития двигательных способностей и физических качеств человека; 3) часть общего воспитания, процесс и результат развития двигательных способностей, формирования физических, психических и морально

3. К какой из задач относится формирование личностных качеств, общая волевая и специальная психологическая подготовка, формирование специальных норм спортивной этики? а) воспитательной; б) оздоровительной; в) образовательной.

4. В каком году вышел закон «О физической культуре и спорте в Республике Беларусь», где было установлено, что «профессиональный спорт – это предпринимательская деятельность, целью которой явилось удовлетворение интересов профессиональных спортивных организаций, спортсменов, избравших спорт своей профессией, и зрителей»? а) 1989; б) 1999; в) 2003.

5. Перечислите 3 группы препаратов, относящихся к допинговым средствам: а) витамины; б) психотропные стимуляторы; в) наркотики и болеутоляющие; г) микроэлементы; д) анаболические стероиды.

6. Допинг это: а) фармакологический препарат, искусственно повышающий работоспособность и спортивный результат; б) фармакологический препарат, искусственно повышающий работоспособность, укрепляющий иммунную систему и способствующий быстрому восстановлению организма после больших физических нагрузок.

7. В каком году Международный Олимпийский Комитет учредил специальную Медицинскую Комиссию по антидопинговому контролю? а) 1957; б) 1967; в) 1974; г) 1982.

8. При первом выявлении приема симпатомиметиков спортсмен подвергается: а) дисквалификации до 6 месяцев; б) дисквалификации до 2 лет; в) дисквалификации пожизненно; г) штрафом в размере 1 000 000 \$.

9. В каком году первый раз советские спортсмены выступили в Олимпийских играх? а) 1948; б) 1952; в) 1956; г) 1960.

10. Профессионально-прикладная физическая подготовка это: а) подсистема физического воспитания, обеспечивающая формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющее существенное значение для конкретной профессиональной деятельности; б) комплекс упражнений, обеспечивающий эффективную деятельность человека в конкретной профессиональной области.

11. Факторы, определяющие содержание профессионально-прикладной физической подготовки (укажите 3 правильных ответа): а) сфера деятельности; б) финансово-экономическое состояние конкретной сферы деятельности; в) содержание и условия труда; г) экологические условия проживания; д) психофизиологические особенности труда.

12. «Здоровье» по определению Устава ВОЗ, это: а) отсутствие болезни и физических дефектов; б) состояние полного физического, психического и социального благополучия; в) состояние психологического комфорта и соответствия физического развития возрастным стандартам.

13. Причинами заболеваний у спортсменов являются (укажите 2 правильных ответа): а) воздействия внешней среды не связанные с занятиями спортом; б) неправильная организация тренировочного процесса; в) возрастные особенности функционирования организма; г) психологическая неустойчивость к воздействию физической нагрузки.

14. Что не относится к объективным причинам травм у спортсменов? а) неумение владеть телом и недостаточная подготовка; б) недисциплинированность; в) несовершенство используемых спортивных снарядов; г) неблагоприятные метеорологические условия.

15. В каком году была создана Международная спортивная организация для инвалидов (ИСОД)? а) 1924; б) 1963; в) 1983.

16. К видам реабилитации инвалидов не относятся (укажите 2 правильных ответа): а) социальная; б) педагогическая; в) медицинская; г) физическая; д) психологическая.

17. В каком году была создана Международная федерация – организация спорта для людей с нарушением интеллекта «Спешил Олимпикс»? а) 1960; б) 1968; в) 1988.

18. Укажите что не является основным направлением адаптивного спорта: а) паралимпийское; б) специальное Олимпийское движение; в) Всемирные игры глухих. г) специальное Европейское движение.

19. Активизация, поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга с инвалидами – это основные задачи: а) адаптивной двигательной рекреации; б) адаптивной физической реабилитации; в) адаптивного физического воспитания.

20. В Паралимпийских играх спортсмены не состязаются в группе: а) лица с ампутациями и прочими двигательными нарушениями; б) лица с заболеваниями кардио-респираторной системы; в) лица с церебральным параличом; г) лица с нарушением органов слуха; д) лица с нарушением органов зрения; е) лица с нарушением интеллекта; ж) инвалиды на колясках.

21. К. Купер создал систему, согласно которой существует три основные потребности человека: а) аэробная физическая нагрузка; б) силовая физическая нагрузка; в) рациональное питание; г) голодание; д) закаливание; е) эмоциональная гармония.

22. Стретчинг – это упражнения: а) направленные на развитие и совершенствование ловкости; б) направленные на совершенствование гибкости и развитие подвижности в суставах; в) направленные на развитие и

совершенствование силовых качеств; г) направленные на совершенствование вестибулярных функций.

23. Укажите метод, основанный на древневосточной философии, согласно которому каждый орган имеет свою вибрацию: а) психосоматическая музыка; б) классическая музыка; в) современная музыка.

24. Переутомление это: 1) состояние организма, при котором работоспособность человека временно снижена; 2) состояние организма, при котором резко снижается работоспособность, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления; 3) патологическое состояние организма. Проявляется в виде невроза, нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы, ухудшения спортивного результата

25. Утомление это: 1) состояние организма, при котором работоспособность человека временно снижена; 2) состояние организма, при котором резко снижается работоспособность, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления; 3) остро развивающееся состояние, при котором происходит снижение работоспособности, развивается слабость, тахикардия, повышение артериального давления, нарушение ритма сердца, координации движений.

26. Ловкость – это способность человека: а) овладеть новыми движениями в минимальный промежуток времени; б) постепенно овладеть новыми движениями с высокой координационной сложностью; в) быстро овладеть техникой циклических движений; г) быстро овладеть новыми движениями с высокой координационной сложностью.

27. Выносливость – это способность: а) человека выполнять упражнение с максимальным усилием; б) организма противостоять внешним воздействиям окружающей среды; в) организма быстро восстанавливаться после физических упражнений; г) организма противостоять утомлению; д) человека быстро приспосабливаться к различным видам деятельности.

28. Быстрота – это способность человека выполнять: а) движения с минимальным усилием; б) движения с максимальной амплитудой; в) движения в минимальный промежуток времени; г) движения в максимальный промежуток времени.

29. Гибкость – это способность человека выполнять: а) движения с максимальной скоростью; б) движения с максимальным усилием; в) сложнокоординационные движения; г) движения с большой амплитудой.

30. Сила – это способность человека преодолевать внешнее сопротивление: а) с максимальной скоростью; б) с минимальным усилием; в) продолжительное время; г) за счет волевых усилий; д) за счет мышечных усилий.

31. Спорт это - 1) сфера деятельности человека, направленная на достижение максимального результата в соревнованиях; 2) соревновательная деятельность людей для выявления победителя в спортивных соревнованиях; 3) часть физической культуры, совокупность материальных и духовных ценностей для игровой и соревновательной деятельности.

32. Первые Олимпийские игры прошли: 1) в 776г. до нашей эры; 2) в 776г.; 3) в 1876.

33. Врожденные (унаследованные генетически) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности называются качествами.

34. Система принципов, форм и способов организации и построения теоретической и практической деятельности научного познания, а также учение об этой системе называется исследования.

35. Объективно существующие связи, отношения между теми или иными процессами и явлениями, относящимися к этой области знания называются физической культуры.

36. Органичная связь с различными отраслями знаний определяется как **(Интегративная)** природа физической культуры.

37. Функциональные признаки видов спорта (выбрать 3 признака): а) массовый спорт (базовый); б) прикладной спорт; в) спорт высших достижений; г) профессиональный спорт; д) общедоступный спорт

38. Функции спорта высших достижений (выбрать 6 функций) а) общекультурные; б) управленческие; в) общевоспитательные; г) эстетические; д) нормативные; е) информационные; ж) правовые; з) экономические; и) информационные.

39. Спорт в узком смысле охватывает; а) собственно спортивную деятельность; б) специальную подготовку к ней; в) специфические отношения, характерные для данной деятельности; г) собственно спортивную деятельность, специальную подготовку к ней, специфические отношения, характерные для данной деятельности;

3.4. Тематика рефератов:

1. Система научного знания о физической культуре и спорте, ее структура.

2. Общие тенденции развития науки в современный период и их проявление в сфере физической культуры и спорта.

3. Системный подход как методологическая ориентация исследования, его значение для формирования теоретического знания в сфере физической культуры.

4. Сущность, содержание и специфические особенности телесно ориентированной модели физического воспитания.

5. Спортизация физического воспитания. Кинезиологический подход как методологическая основа спортизации физического воспитания.

6. Эволюционный подход в исследовании феномена физической активности человека В.К. Бальсевича.

7. Содержание теоретических построений Н.А. Бернштейна, А.А. Ухтомского, В.С. Фарфеля, М.М. Богена по проблеме обучения двигательным действиям.

8. Проблема изучения спорта как субкультуры и негативные явления в его развитии.

9. Основополагающие социокультурные концепции физической культуры.

10. Эволюционный, системный и синергетический подходы как ведущие направления научной методологии и новые виды интеграции наук, изучающих физическую культуру и спорт на современном этапе.

11. Характеристика и соотношение физической и спортивной культур.

12. Концепция конверсии высоких технологий спортивной подготовки и организации спортивной деятельности в теорию и практику физического воспитания и «спорта для всех».

13. Проблема исследования телесно ориентированных практик в рамках современной культуры в дискурсе современного развития антропологии.

14. Характеристика исторически сложившихся и современных систем физических упражнений в различных странах факторов, оказавших влияние на их зарождение и развитие.

15. Проблема понимания человека как целостности и ее реализация в физической культуре.

16. Всестороннее развитие личности и физическая культура: пути реализации.

17. Физкультурная деятельность как основа формирования физической культуры человека. Содержание, объем и структура физкультурной деятельности.

18. Основные концепции, положенные П.Ф. Лесгафтом в основу теории физического образования. Роль идей П.Ф. Лесгафта о физическом образовании в построении современной теории физической культуры.

19. Общая теория и методология физической культуры как отражение потребности в модернизации физкультурного образования.

20. Состояние функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга. Пути совершенствования функционирования физической культуры в основных сферах жизнедеятельности человека и общества.

21. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания.

22. Проблематика интеграции спортивной и физической культур в контексте развития современных практик физического воспитания.

23. Современные социокультурные проблемы науки о физической культуре. Специальное и неспециальное физкультурное образование: проблемы и пути решения.

24. Роль физкультурного образования в формировании физической культуры.

25. Современное состояние и проблемы развития адаптивного спорта в Белоруссии.

26. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.

27.Спорт как социальное явление и современные мировые тенденции развития спорта высших достижений.

28.Современные теоретико-методологические основы совершенствования системы подготовки спортсменов в спорте высших достижений.

29.Физическая культура как потребность личности и общества: проблемы и пути решения.

30.Анализ научной проблематики исследований в сфере физической культуры и спорта.

3.5.Литература для самостоятельного изучения:

1. Кобринский, М.Е. Белорусский олимпийский учебник: учеб. пособие / М.Е. Кобринский, Л.Г. Тригубович. – Минск: БОА, 2005. – 240 с.

2. Купчинов, Р.И. Теория и методика физического воспитания в терминах, понятиях, вопросах и ответах: учеб.-метод. пособие / Р. И. Купчинов. – Минск : БНТУ, 2006. – 279 с.

3. Кривцун-Левшина, Л.Н. Организация и методика физкультурно-оздоровительной работы: пособие/Л.Н. Кривцун, В.П.Кривцун.-Витибск : ВГУ имени Машерова, 2018.-354 с.

4. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний: учеб. пособие / В. П. Лукьяненко. – М. : Советский спорт, 2003. – 224 с.

5. Лях, В. И. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития / В. И. Лях. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 192 с.

6. Логвин, В.П. Методы контроля и самоконтроля физического состояния при занятиях оздоровительной физической культурой и спортом: пособие / В.П. Логвин. – Мн.: БГУФК, 2009.

7. Логвина, Т. Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для детей дошкольного возраста: учеб. пособие / Т. Ю. Логвина, Е. В. Мельник. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2018. – 223 с.

8. Овчаров, В. С. Настольная книга учителя физической культуры: метод. пособие / В. С. Овчаров. – Минск : Сэр-Вит, 2008. – 200 с.

9. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие / А. М. Митяева. – М. : Академия, 2010. – 192 с.

10. Озолин, Н. Г. Настольная книга тренера / Н. Г. Озолин. – М. : АСТ: Астрель, 2004. – 864 с.

11. Подготовка диссертационной работы к защите :практ. рук. / сост.: Т. Д. Полякова, В. А. Данилович. – 3-е изд., доп. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2010. – 90 с.

12. Селуянов, В. Н. Технология оздоровительной физической культуры / В. Н. [Селуянов](#). – М. : [Дивизион](#), 2016. – 192 с.

3.6. Содержание и защита итоговой практической работы:

Выполнение итоговой практической работы магистрантом является необходимым элементом исследовательской работы. Он способствует развитию умений анализировать, сравнивать, формировать суждения, классифицировать и делать самостоятельные выводы. В процессе работы над темой отрабатываются навыки работы с литературой, обобщения литературных источников и практического материала по теме, способности грамотно излагать вопросы темы, делать выводы. Практическая работа на заданную тему помогает магистранту: углублять понимание отдельных вопросов изучаемого курса; приобретать и совершенствовать навыки самостоятельной творческой работы; логически мыслить и отстаивать свою точку зрения. Преподавателю данный вид работы позволяет проверить, с одной стороны, знание магистрантом содержания конкретных научных работ, а с другой – способность студента находить, обрабатывать, структурировать, оформлять и подавать научную информацию.

Итоговая практическая работа – это краткое изложение в форме публичного доклада результатов самостоятельного изучения какой-либо научной проблемы, требующего авторской оценки собранного материала. Работая над заданием, необходимо: - определить тему, цель и задачу; - провести обзор научной, научно-методической и/или учебно-методической литературы, с последующим сокращением информации для получения краткого, сжатого содержания статьи, книги и т.д.; - как можно точнее отобразить предмет анализа, при сохранении значимой информации, содержащейся в тексте; структурировать текст сообщения.

Каждый магистрант после выполнения и защиты текущих практических работ готовит фрагмент учебной мультимедийной презентации по заданной теме объемом не менее 15 слайдов – итоговая работа. а) структура мультимедийной презентации: - титульный лист; - оглавление; - содержание (изложение учебного материала) в виде текстовой, графической информации, аудио и видеоматериалов.

Образовательные технологии

В учебном процессе используются активные и интерактивные формы проведения занятий: доклады с презентацией, анализ презентации совместно со студентами, круглые столы деловые игры, групповые дискуссии) и встречи со специалистами в области высшего и высшего физкультурного образования.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ

по дисциплине

«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

**для второй ступени высшего образования (магистратура)
для специальности: 1-08 80 04 Физическая культура и спорт**

1. Современная система наук, изучающих физическую культуру и спорт. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.
2. Проблема конверсии технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания.
3. Проблема определения структурно-функциональных особенностей и разработки технологий видов и разновидностей физической культуры. Проблематика повышения эффективности школьной физической культуры.
4. Научно-прикладные аспекты развития программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания. Анализ содержания закона РБ «О физической культуре и спорте» и проблем, связанных с современной практикой физической культуры и спорта.
5. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных возрастных контингентов.
6. Проблема эффективности традиционных для отечественной системы физического воспитания принципов, средств и методов.
7. Современная теория обучения двигательным действиям. Особенности этапов обучения двигательным действиям.
8. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей. Синситивность в развитии двигательных способностей человека.
9. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов и их научно-методическое обеспечение. Система подготовки национальных команд.
10. Общая характеристика видов (разделов) подготовки спортсмена, их общая и специальная стороны, теоретическое и практическое направления реализации.
11. Специфические и неспецифические средства спортивной подготовки. Общая характеристика специфических и неспецифических методов спортивной подготовки.
12. Многообразие подходов к классификации тренировочных занятий. Структура тренировочных занятий. Факторы, определяющие особенности содержания занятия и методику его проведения.
13. Физическая подготовка спортсмена. Техничко-тактическая и психологическая подготовка.
14. Структура соревновательной деятельности в современном спорте.
15. Специфика спортивной подготовки юных спортсменов. Факторы, определяющие содержание и технологию спортивной подготовки в детско-юношеском спорте.
16. Проблема разработки технологии моделирования и контроля процессов развития физкультурной и спортивной деятельности
17. Ключевые проблемы и противоречия спорта высших достижений и «спорта для всех». Проблема развития адаптивного спорта.
18. Проблема включения вида спорта в программу Олимпийских игр.

Классификация олимпийских видов спорта. Актуальные направления борьбы с применением допинга. Деятельность Всемирного антидопингового агентства (WADA).

19. Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры.

20. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. Многообразие форм организации соревновательной деятельности спортсменов с ограниченными возможностями.

IV. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Список основной и дополнительной рекомендуемой учебно-методической литературы

Основная литература

1. Берков, В. Ф. Методология науки. Общие вопросы : учеб. пособие для слушателей системы повышения квалификации и переподготовки кадров образования и науки / В. Ф. Берков. – Минск : Респ. ин-т высш. шк., 2015. – 395 с.
2. Иванченко, Е. И. Основы системы спортивной подготовки : учеб.- метод. пособие / Е. И. Иванченко ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2018. – 278 с.
3. Кодекс Республики Беларусь об образовании : с изм. и доп. по сост. на 12 марта 2012 года. – Минск : НЦПИ РБ, 2012. – 400 с.
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2010. – 340 с.
5. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.
6. О физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : Закон Респ. Беларусь от 9 янв. 2018 г., № 92-З : с изм. и доп. : принят Палатой представителей 7 дек. 2017 г. : одобрен Советом Респ. 19 дек. 2017 г. // Нац. правовой Интернет-портал Респ. Беларусь. – Минск, 2018.
7. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 680 с.

8. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 2. – 752 с.

9. 3. Подготовка диссертационной работы к защите : практ. рук. / сост.: Т. Д. Полякова, В. А. Данилович. – 3-е изд., доп. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2010. – 90 с.

10. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – М. : Академия, 2014. – 478 с.

11. Фурманов, А. Г. Теория и методика физического воспитания : пособие / А. Г. Фурманов, М. М. Круталевич, Л. И. Кузьмина ; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2014. – 416 с.

Дополнительная литература

1. Врублевский, Е. П. Выпускная квалификационная работа (от выбора темы до защиты) : учеб. пособие / Е. П. Врублевский, О. Е. Лихачев, Л. Г. Врублевская. – Смоленск : Смолен. акад. физкультуры, спорта и туризма, 2006. – 172 с.

2. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и

3. методики воспитания / В. М. Зациорский. – 3-е изд. – М. : Советский спорт, 2009. – 200 с.

4. Иванченко, Е. И. Спортивная одаренность и ее диагностика: пособие / Е. И. Иванченко ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 4-е изд., стер. – Минск : БГУФК, 2017. – 88 с.

5. Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований : монография / В. П. Губа, В. В. Маринич. – М. : Спорт, 2016. – 232 с.

6. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М. : Академия, 2013. – 288 с.

7. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. – М. : Физ. культура, 2005. – 544 с.

8. 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, 2004. – 160 с.

9. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учеб. пособие для акад. бакалавриата / В. Г. Никитушкин. – М. : Юрайт, 2018. – 232 с.

10. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте / П. К. Петров. – Ижевск : Удмурт. гос. ун-т, 2017. – 460 с.

11. Рогозкин, В. А. Генетическая предрасположенность человека к выполнению физических нагрузок / В. А. Рогозкин // Генетические, психофизические и педагогические технологии подготовки спортсменов : сб. науч. тр. / С.-Петерб. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – СПб., 2006. – С. 28–42.

12. Романенко, В. А. Диагностика двигательных способностей : учеб. пособие / В. А. Романенко. – Донецк : Донец. нац. ун-т, 2005. – 290 с.

13. Теория и методика физического воспитания : учеб. для вузов физ. воспитания и спорта : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимп. лит., 2003. – Т. 1. – 422 с. ; Т. 2. – 391 с.

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

Информационные Интернет-ресурсы

<http://www.mst.by> Сайт Министерства спорта и туризма Республики Беларусь

<https://belmapo.by/kafedra-sportivnoj-mediczinyi-i-lechebnoj-fizicheskoy->

<http://medsport.by> Сайт ГУ «Республиканский научно-практический центр спорта» Республики Беларусь

<https://edu.gov.by/> Сайт Управления общего среднего образования

<http://www.sportal.by> Спортивный портал

<http://www.sportacadem.ru> Сайт научно-теоретического журнала «Наука и спорт: современные тенденции»

www.wada-ama.org Сайт Всемирного антидопингового агентства

www.stop-doping.ru Сайт Российского центра антидопингового контроля и профилактики.

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

_____ А.В.Маковчик

_____ 2019 г.

Регистрационный № УД-_____/уч.

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА**

Учебная программа дисциплины второй ступени
высшего образования (магистратура) для специальности:
1-08 80 04 Физическая культура и спорт

2019 г.

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования II ступени (магистратура) _____ и типового учебного плана по специальности 1-08 80 04 Физическая культура и спорт от 21.03.19 рег. № В 08-2-003/пр-тип.

СОСТАВИТЕЛИ:

Л.И. Кузьмина, доцент кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат педагогических наук;
Ю.Ф. Каптюг, преподаватель кафедры теории и методики физической культуры учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

В.Л. Алешкевич, заведующий кафедрой спортивно-педагогических дисциплин учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат педагогических наук, доцент;
А.П. Веремейчик, заведующий кафедрой оздоровительной и адаптивной физической культуры Института повышения квалификации и переподготовки руководящих работников и специалистов физической культуры спорта и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат биологических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой теории и методики физической культуры
(протокол № 13 от 23 мая 2019 г.)

Заведующий кафедрой

А.А.Балай

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»
(протокол № ____ от « ____ » _____ 2019 г.)

Оформление учебной программы и сопровождающих её материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист отдела магистратуры
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дисциплина направлена на формирование дополнительных и более глубоких знаний в области современных тенденций развития теории и практики физической культуры и спорта. Основы учебной программы составляет взаимосочетание проблемных вопросов, выдвигается гипотеза их решения в контексте концептуальных подходов физкультурного образования.

Учебная дисциплина «Современные проблемы физической культуры и спорта» является одной из основных дисциплин цикла профессиональной подготовки специалистов второй ступени высшего образования по специальности 1-08 80 04 Физическая культура и спорт Профилизация Педагогическая деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре. Данная учебная дисциплина позволяет сформировать у слушателей теоретический базис, а также практические умения и навыки к осуществлению научно изыскательских работ области современных проблем теории и практики физической культуры и спорта.

Цель учебной дисциплины: демонстрация современного состояния и актуальной проблематики физической культуры и спорта как многоаспектных объектов человеческого познания.

Задачи учебной дисциплины:

- сформулировать представление о новых подходах, реализуемых в теории и практике физической культуры и спорта, как сложных социокультурных феноменах;
- раскрыть перспективные направления деятельности в различных областях научного знания о физической культуре и спорте и пути их интеграции и дифференциации на современном этапе развития;
- дать магистрантам глубокие знания в области анализа, обобщения и распространения передового опыта в сфере физической культуры и спорта.

Место учебной дисциплины в системе подготовки специалиста второй ступени высшего образования, связь с другими учебными дисциплинами

Учебная программа «Современные проблемы физической культуры и спорта» составлена с учетом последовательной реализации внутри- и междисциплинарных связей с базовыми дисциплинами «Философия», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта» «Теория и методика оздоровительной физической культуры», «Педагогика», «Психология» и «Спортивная метрология».

Изучение учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» должно обеспечить формирование у магистрантов академических, социально-личностных и профессиональных компетенций.

Требования к освоению учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» в соответствии с учебным планом

Требования к универсальным компетенциям

Магистрант должен:

– УК – 1 Быть способным применять методы научного познания (анализ, сопоставление, систематизация, абстрагирование, моделирование, проверка достоверности данных, принятие решений и др.) в самостоятельной исследовательской деятельности, генерировать и реализовывать инновационные идеи.

– УК – 2 Быть способным осуществлять педагогическую деятельность в учреждениях образования, осваивать и внедрять эффективные образовательные и информационно-коммуникативные технологии, педагогические инновации.

– УК – 3 Обладать способностью к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых знаний при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях.

– УК – 4 Владеть методологией научного познания, быть способным анализировать и оценивать содержание и уровень философско-методологических проблем при решении задач научно-исследовательской и инновационной деятельности.

– УК – 5 Владеть иностранным языком для коммуникации в междисциплинарной и научной среде, в различных формах международного сотрудничества, научно-исследовательской и инновационной деятельности.

– УК – 6 Обладать навыками использования современных информационных технологий для решения научно-исследовательских и инновационных задач.

Требования к углубленным профессиональным компетенциям

Магистрант должен:

– УПК – 1 Обладать знаниями и навыками управления малыми коллективами в профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, мониторинга процессов, выявления возможных рисков, уметь принимать самостоятельные управленческие решения.

– УПК – 2 Осуществлять планирование, организацию, контроль и корректировку образовательного процесса, научно-исследовательской, организационно-управленческой, спортивной, физкультурно-оздоровительной деятельности, выбирать и эффективно использовать образовательные технологии, методы и средства коммуникации.

– УПК – 3 Владеть навыками работы с основными программными продуктами информационных технологий, методами математического моделирования и оптимизации для решения научно-исследовательских задач в области физической культуры и спорта.

– УПК – 4 Быть способным к поиску, анализу и систематизации научной информации в сфере физической культуры и спорта, постановке целей и задач исследования, выбору оптимальных путей их практического решения.

– УПК – 5 Обладать способностью вариативного подхода к решению современных научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта с учетом теоретико-методических, общенаучных, педагогических и конкретнонаучных положений и принципов.

Требования к специальным компетенциям

Магистрант должен:

– СК – 1 Уметь самостоятельно выявлять и анализировать значимые научные и практические проблемы в профессиональной сфере физического воспитания и спорта.

– СК – 2 Уметь направлять все виды профессиональной деятельности на пропаганду здорового образа жизни различных групп населения, на формирование физической культуры личности.

– СК – 3 Быть способным использовать теоретические знания о закономерностях и механизмах развития человека, его анатомо-физиологических, биомеханических и психосоматических особенностей жизнедеятельности в условиях занятий спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельностью для решения практических научно-исследовательских задач.

– СК – 4 Владеть техниками лечебно-оздоровительных практик народов мира и способностью их применения с оздоровительной и коррекционной целью.

– СК – 5 Обладать способностью к самостоятельному планированию, организации и контролю процесса занятий оздоровительной и адаптивной физической культурой с учетом комплексной оценки состояния занимающихся.

– СК – 6 Уметь самостоятельно разрабатывать комплексные программы оздоровительной и коррекционной направленности для различных групп населения.

– СК – 7 Уметь программировать персональные и групповые занятия современными видами оздоровительной физической культурой с учетом пола, возраста, уровня физической подготовленности занимающихся.

– СК – 8 Быть способным управлять процессом физического воспитания лиц, занимающихся адаптивной физической культурой с учетом возраста и состояния здоровья.

– СК – 9 Владеть технологиями организации процесса адаптивного физического воспитания и спортивной подготовки лиц с инвалидностью.

В процессе изучения дисциплины магистранты должны:

– знать научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания, дидактическую

проблематику в сфере физической культуры и перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта;

- применять в научно-педагогической деятельности полученные знания для решения образовательных, методических, организационно-управленческих и исследовательских задач.

В результате освоения учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» магистр должен **знать:**

- сущность современных проблем физической культуры, решение которых требует междисциплинарных подходов и исследовательских программ;

- современные концепции и методы научного исследования, применяемые для решения современных проблем в науке о физической культуре и спорте;

- современные научные подходы в сфере науки о физической культуре и спорте и смежных областях научного знания;

- содержание основных современных работ и концепций в сфере спортивной дидактики;

- закономерности процесса физического воспитания и современные концепции его построения;

- сущность современных научных достижений в сфере спорта и спортивной подготовки;

- особенности и современные концепции физкультурно-оздоровительной деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» магистр должен **уметь:**

- применять методы исследования смежных научных дисциплин;
- определять критерии освоенности двигательных действий в различных направлениях физической культуры и видах спорта;

- осуществлять анализ современных научных концепций и достижений в области спортивной подготовки;

- применять современные научные подходы в сфере исследовательской деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины «Современные проблемы физической культуры и спорта» магистр должен **владеть:**

- владеть (иметь опыт) построения исследовательских программ междисциплинарного характера;

- приемами анализа современных концепций и технологий физического воспитания;

- основами методологии междисциплинарного исследования и опыт анализа явлений физической культуры и спорта с позиций философского, антропологического и культурологического подходов.
- планирования, организации и контроля за проведением физкультурно-спортивных мероприятий.

Программа по учебной дисциплине «Современные проблемы физической культуры и спорта» на дневном отделении рассчитана на объем 146 учебных часа, из них 72 аудиторных. Распределение учебных часов по видам занятий: лекций – 38 часов, семинарских занятий – 34 часа. Самостоятельная (внеаудиторная) работа магистрантов – 74 часа.

Программа по учебной дисциплине «Современные проблемы физической культуры и спорта» на заочном отделении рассчитана на объем 18 учебных часа, из них 18 аудиторных. Распределение учебных часов по видам занятий: лекций – 10 часов, семинарских занятий – 8 часов

Формами контроля являются: текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины, реферат.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел 1. СИСТЕМА НАУЧНОГО ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

Тема 1.1. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте.

Комплекс наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучные, психолого-педагогические, социально-гуманитарные. Специфика каждой группы научного знания.

Сущность эволюционного и системного подходов в изучении физической культуры и спорта и их значение для получения нового знания. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.

Тема 1.2. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания

Высокие технологии управления индивидуального развития и достижения предела человеческих возможностей в сфере активной двигательной деятельности. Необходимость перевода правил и принципов спортивной тренировки на решение задач физического воспитания.

Раздел 2. КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ТЕНДЕНЦИЯХ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Тема 2.1. Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии

Понятия «тело» и «телесность». Эстетическая и терапевтическая функция телесных практик. Аутентичное движение и мудрость тела в самопознании, в самораскрытии и творческом вдохновении человека.

Тема 2.2. Взаимообусловленность функций и форм физической культуры.

Отражение в социальной структуре физической культуры и особенностей ее формирования, возникающих в силу различия тех или иных сфер жизнедеятельности в обществе и развития социальных потребностей.

Проблема определения структурно-функциональных особенностей и разработки технологий видов и разновидностей физической культуры: базовой и базово-продолжающей; специализированно-прикладной; спортивной; адаптивной; оздоровительно-реабилитационной; повседневной.

Тема 2.3. Спортсизация физического воспитания школьников

Основные направления, принципы и цели спортсизации физического воспитания в общеобразовательной школе. Спортсизовое образование как единая методика преподавания физической культуры. Основные положения

методики преподавания спортивного образования. Концепция олимпийского образования, современная практика и перспективы ее реализации.

Тема 2.4. Проблематика повышения эффективности школьной физической культуры

Перспективы формирования системы общего непрерывного образования в области физической культуры. Взаимосвязи и соотношение понятий «воспитание», «образование», «развитие» и «обучение» в концепции реформы школьной физической культуры. Определение места образования в области физической культуры школьников.

Раздел 3. НАУЧНО ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Тема 3.1. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания

Научно-теоретические аспекты разработки программно-нормативных основ различных видов физической культуры. Пути повышения эффективности физического воспитания. Факторы, обеспечивающие эффективность средств, методов и форм построения и организации занятий.

Тема 3.2. Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания

Развитие общественных и спортивных организаций, спортивных движений и инициатив и пути повышения эффективности их деятельности. Анализ закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» и проблем, связанных с современной практикой спортивного движения и процессами профессионализации и коммерциализации спорта.

Раздел 4. ОПТИМИЗАЦИЯ СТРУКТУРЫ МНОГОЛЕТНЕГО ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Тема 4.1. Феномен двигательной активности и современная методология его исследования

Факторы биологического характера, детерминирующие двигательную активность. Концепция двигательной активности человека как системы представлений об основных закономерностях управляемого развития и утилизации двигательного потенциала человека. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных контингентов. Новые подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.

Тема 4.2. Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса

Ключевые аспекты физического совершенствования. Необходимость формирования основ двигательного потенциала человека в первые месяцы жизни. Детерминированность содержания двигательной активности закономерностями возрастного моторного и психического развития. Обязательность двигательной активности человека в течение всей жизни.

Раздел 5. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМАТИКА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 5.1. Пути углубления принципов, средств и методов обучения двигательным действиям

Новые подходы в изучении закономерности двигательных умений и навыков. Обучение двигательному действию как процесс целенаправленного управления формированием двигательного умения и навыка в свете теоретических построений Н.А. Бернштейна, А.А. Ухтомского, В.С. Фарфеля.

Тема 5.2. Особенности этапов обучения двигательному действию

Проблема соответствия методов этапа обучения и их соотношение, способствующее стабилизации динамичности и вариативности двигательных умений и навыков. Проблема перестройки прочно сформированного двигательного навыка и пути ее решения. Проблема соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств.

Раздел 6. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Тема 6.1. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей

Эволюционный подход в исследовании феномена физической активности человека (В.К. Бальсевич). Проблема учета индивидуальных морфофункциональных и возрастных особенностей, моторных способностей и личностных мотиваций в процессе физического воспитания. Фундаментальные закономерности развития двигательного потенциала человека.

Тема 6.2. Синситивность в развитии двигательных способностей человека

Типы синситивности, детерминирующих эффективность воздействий при стимулированном развитии двигательного потенциала: генотипическая и фенотипическая. Проблематика исследования компонентов двигательных способностей. Формирование спортивной генетики как области научного знания.

Раздел 7. ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШЕЙ РАЗРАБОТКИ ТЕОРИИ И ТЕХНОЛОГИИ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА

Тема 7.1. Спорт как социокультурный феномен в его историческом развитии и современном состоянии

Прогнозы развития спорта высших достижений. Проблемы изучения спорта как субкультуры и негативные явления в его развитии. Спортивное достижение как объект познания и оценки науки о спорте. Ценности и строения спортивных достижений.

Тема 7.2. Современная теория подготовки спортсменов и ее основные задачи

Исторические предпосылки, методологические основы построения теории подготовки спортсменов и ее реализация. Система подготовки национальных команд. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении. Техничко-тактическая и психологическая подготовка. Двигательные качества и физическая подготовка. Макро, микро и мезоструктура процесса подготовки. Отбор, ориентация, управление и контроль в системе подготовки и соревновательной деятельности.

Тема 7.3. Профессионализация современного спорта высших достижений

Дифференциация профессионального спорта («профессионально-супердостиженческий» спорт и «профессионально-коммерческий» спорт) в свете гуманитарной ценности спорта. Проблематика «спорта для всех». Проблема развития адаптивного спорта.

Тема 7.4. Современные аспекты совершенствования физических качеств спортсменов

Интеграция знаний, относящихся к разделам подготовки спортсменов при изучении физических качеств и их видов, проявляемых в различных видах спорта. Современное представление совершенствования методики развития силы, гибкости, выносливости, скоростных и координационных способностей.

Раздел 8. ПРОБЛЕМА РАЗРАБОТКИ ТЕХНОЛОГИИ МОДЕЛИРОВАНИЯ И КОНТРОЛЯ ПРОЦЕССОВ РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 8.1 Научно-методологические основы построения моделей соревновательной деятельности

Построение моделей подготовленности. Проблема построения функциональных моделей. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.

Тема 8.2 Научно-методические основы прогнозирования в спорте

Методы прогнозирования. Виды прогнозирования и их значение. Виды

прогнозирования и их значение в спортивной практике.

Раздел 9. ПРОБЛЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПОТЕНЦИАЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ, УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 9.1. Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья населения

Аспекты профилактики вредных пристрастий: табакокурения, потребления спиртных напитков, наркотиков, нарушений режима сна и питания. Современные пути решения проблем в формировании здорового образа жизни.

Тема 9.2. Выявить основные противоречия между реалиями социального заказа, компетентностью специалистов – выпускников вузов физической культуры и системой их подготовки.

Обобщить мировой опыт подготовки специалистов в сфере физической культуры. Обосновать организационно-педагогические условия активизации учебной (познавательной) деятельности студентов.

Раздел 10. ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ, РЕКРЕАТИВНОЙ, РЕАБИЛИТАЦИОННОЙ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 10.1. Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры

Характеристика исторически сложившихся и современных систем физических упражнений в различных регионах мира (йога, ушу, аэробика и др.). Проблема снижения интереса к традиционным для системы физической культуры средств физического воспитания. Проблемы спортивно-реабилитационной физической культуры.

Тема 10.2. Методологические основы адаптивной физической культуры.

Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. Педагогические функции структурных компонентов адаптивной физической культуры. Параолимпийское движение Беларуси, дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Дневная форма получения образования

Номер раздела, темы занятия	Название раздела, темы занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Самостоятельная (внеаудиторная) работа магистрантов	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа студентов				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 семестр									
1.	Система научного знания о физической культуре и спорте, ее структура	4	4			6			
1.1.	Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте 5. Комплекс наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучные, психолого-педагогические, социально-гуманитарные. 6. Специфика каждой группы научного знания. 7. Сущность эволюционного и системного подходов в изучении физической культуры и спорта и их значение для получения нового знания. 8. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [5], [6], [11].	
1.2.	Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте 1. Характеристика группы естественно-научных дисциплин,	2				2		Основная: [1], [2]. Дополните	

	составляющих систему научного знания о физической культуре и спорте. 2. Характеристика группы психолого-педагогических дисциплин. 3. Характеристика группы социально-гуманитарных дисциплин. 4. Суть эволюционного и системного подходов как ведущих направлений методологии.						Мультимедийная презентация	льная: [1], [2], [3], [4], [5], [6], [11].	
1.3.	Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания 1. Высокие технологии управления индивидуального развития и достижения предела человеческих возможностей в сфере активной двигательной деятельности. 2. Необходимость перевода правил и принципов спортивной тренировки на решение задач физического воспитания. 3. Характеристика концепции конверсии высоких технологий спортивной подготовки и организации спортивной деятельности.		2			2		Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [5],[6], [11],	Опрос Мультимедийная презентация
1.3.1.	Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания 1. Высокие технологии управления индивидуального развития и достижения предела человеческих возможностей в сфере активной двигательной деятельности. 2. Необходимость перевода правил и принципов спортивной тренировки на решение задач физического воспитания. Характеристика концепции конверсии высоких технологий спортивной подготовки и организации спортивной деятельности.		2					Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [5],[6], [11],	Опрос

2.	Концептуальное представление о тенденциях развития физической культуры и спорта	6	4			8			
2.1	Проблема исследования телесно ориентированных практик в контексте современного развития антропологии 1. Понятия «тело» и «телесность». Эстетическая и терапевтическая функция телесных практик. 2. Аутентичное движение и мудрость тела в самопознании, в самораскрытии и творческом вдохновении человека.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [6].	
2.2	Взаимообусловленность функций и форм физической культуры 2. Отражение в социальной структуре физической культуры и особенностей ее формирования, возникающих в силу различия тех или иных сфер жизнедеятельности в обществе и развития социальных потребностей. 3. Проблема определения структурно-функциональных особенностей и разработки технологий видов и разновидностей физической культуры: базовой и базово-продолжающей; специализированно-прикладной; спортивной; адаптивной; оздоровительно-реабилитационной; повседневно-бытовой.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [6].	
2.3.	Спортизация физического воспитания школьников 1. Основные направления, принципы и цели спортизации физического воспитания в общеобразовательной школе. 2. Спортивное образование как единая методика преподавания физической культуры. 3. Основные положения методики преподавания спортивного образования. Концепция олимпийского образования, современная практика и перспективы ее реализации.	2						Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [6].	
2.3.1	Спортизация физического воспитания школьников 4. Основные направления, принципы и цели спортизации физического воспитания в общеобразовательной школе.		2			2		Основная: [1], [2]. Дополнительная:	Мультимедийная презентация

	5. Спортивное образование как единая методика преподавания физической культуры. 6. Основные положения методики преподавания спортивного образования. 1. Концепция олимпийского образования, современная практика и перспективы ее реализации.							льная: [1], [2], [3], [4], [6].	ия
2.4	Проблематика повышения эффективности школьной физической культуры 1. Перспективы формирования системы общего непрерывного образования в области физической культуры. 2. Взаимосвязи и соотношение понятий «воспитание», «образование», «развитие» и «обучение» в концепции реформы школьной физической культуры. 3. Определение места образования в области физической культуры школьников.		2			2		Основная: [1], [2]. Дополните льная: [1], [2], [3], [4], [6].	Опрос
3	Научно прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания	4	4			6			
3.1	Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания 1. Научно-теоретические аспекты разработки программно-нормативных основ различных видов физической культуры. 2. Пути повышения эффективности физического воспитания. 3. Факторы, обеспечивающие эффективность средств, методов и форм построения и организации занятий.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [1]. Дополните льная: [7], [8],[9], [11], [17], [20].	
3.2.	Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания 1. Развитие общественных и спортивных организаций, спортивных движений и инициатив и пути повышения эффективности их деятельности.	2						Основная: [1]. Дополните льная: [7], [8],[9], [11], [17],	

	Анализ закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» и проблем, связанных с современной практикой спортивного движения и процессами профессионализации и коммерциализации спорта.							[20].	
3.2.1	Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания 2. Развитие общественных и спортивных организаций, спортивных движений и инициатив и пути повышения эффективности их деятельности. 3. Анализ закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» и проблем, связанных с современной практикой спортивного движения и процессами профессионализации и коммерциализации спорта.		2			2	Мультимедийная презентация	Основная: [1]. Дополнительная: [7], [8],[9], [11], [17], [20].	Опрос
3.2.2.	Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания 1. Характеристика целевых установок системы физического воспитания. 2. Современное состояние программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания. 3. Пути формирования современных организационных основ отечественной системы физического воспитания. 4. Реализация Закона РФ «О физической культуре и спорте» 5. Особенности коммерциализации спорта.		2			2		Основная: [1]. Дополнительная: [7], [8],[9], [11], [17], [20].	Опрос
4.	Оптимизация структуры многолетнего процесса физического воспитания	4	4			6			
4.1.	Феномен двигательной активности и современная методология его исследования 1. Факторы биологического характера, детерминирующие двигательную активность. 2. Концепция двигательной активности человека как системы представлений об основных закономерностях управляемого развития и утилизации двигательного потенциала человека.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [2]. Дополнительная: [8], [9], [14], [16].	

	3. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных контингентов. 4. Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.								
4.2	Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса 1. Ключевые аспекты физического совершенствования. 2. Необходимость формирования основ двигательного потенциала человека в первые месяцы жизни. 3. Детерминированность содержания двигательной активности закономерностями возрастного моторного и психического развития. 4. Обязательность двигательной активности человека в течение всей жизни. - характеристика концепции двигательной активности человека.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [2]. Дополнительная: [8], [9], [14], [16].	
4.2.1.	Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса 3. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных возрастных контингентов; 4. Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека.		2					Основная: [2]. Дополнительная: [8], [9], [14], [16].	Мультимедийная презентация
4.2.2	Научно-теоретические основы построения физического воспитания как многолетнего процесса 1. Закономерности возрастного моторного и психического развития. 2. обязательность двигательной активности в течение всей жизни, потребности человека в двигательной активности.		2			2		Основная: [2]. Дополнительная: [8], [9], [14], [16].	Реферат, мультимедийная презентация
5.	Дидактическая проблематика в сфере физической культуры	4	2			8			

5.1.	Пути углубления принципов, средств и методов обучения двигательным действиям 1. Новые подходы в изучении закономерности двигательных умений и навыков. 2. Обучение двигательному действию как процесс целенаправленного управления формирования двигательного умения и навыка в свете теоретических построений Н.А. Бернштейна, А.А. Ухтомского, В.С. Фарфеля.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [2]. Дополнительная: [9], [20].	
5.2.	Особенность этапов обучения двигательному действию 2. Проблема соответствия методов этапа обучения и их соотношение, способствующее стабилизации динамичности и вариативности двигательных умений и навыков. 3. Проблема перестройки прочно сформированного двигательного навыка и пути ее решения. 4. Проблема соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [2]. Дополнительная: [9], [20].	
5.2.1.	Особенность этапов обучения двигательному действию 1. Значение работ в теории обучения двигательным умениям и навыкам; 2. Методические подходы, способствующие стабилизации, динамичности и вариативности двигательных умений и навыков; 3. Специфика соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств.		2			4		Основная: [2]. Дополнительная: [9], [20].	Текущий контроль успеваемости
6.	Совершенствование технологий развития физических качеств и двигательных способностей	4	4			8			
6.1.	Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей 1. Эволюционный подход в исследовании феномена физической активности человека (В.К. Бальсевич).	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [2] Дополнительная:	

	2. Проблема учета индивидуальных морфофункциональных и возрастных особенностей, моторных способностей и личностных мотиваций в процессе физического воспитания. 3. Фундаментальные закономерности развития двигательного потенциала человека.							[7], [8], [15], [18], [20].	
6.1.1.	Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей 1. Основы теории и методики развития физических качеств и двигательных способностей учащихся. 2. Направленное совершенствование специфических способностей в различных видах спорта.		2			2		Основная: [2] Дополнительная: [7], [8], [15], [18], [20].	Опрос
6.2.	Синситивность в развитии двигательных способностей человека 1. Типы синситивности, детерминирующих эффективность воздействий при стимулированном развитии двигательного потенциала: генотипическая и фенотипическая. 2. Проблематика исследования компонентов двигательных способностей. 3. Формирование спортивной генетики как области научного знания.	2				2	Мультимедийная презентация	Основная: [2] Дополнительная: [7], [8], [15], [18], [20].	
6.2.1.	Синситивность в развитии двигательных способностей человека 1. Учет индивидуальных морфофункциональных и возрастных особенностей, моторных способностей и личностных мотиваций в процессе физического воспитания; 2. Фундаментальные закономерности развития двигательного потенциала человека; 3. Формирование спортивной генетики как области научного знания, характеристика ее научной		2			4		Основная: [2] Дополнительная: [7], [8], [15], [18], [20].	Текущий контроль успеваемости

	проблематики.								
	Всего часов 1 семестр:	26	22			42			Реферат
7.	Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта	6	4			10			
7.1.	Спорт как социокультурный феномен в его историческом развитии и современном состоянии 1. Прогнозы развития спорта высших достижений. 2. Проблемы изучения спорта как субкультуры и негативные явления в его развитии. 3. Спортивное достижение как объект познания и оценки науки о спорте. 4. Ценности и строения спортивных достижений.	2				2	Мультимедийная презентация	Дополнительная: [19], [20].	
7.2.	Современная теория подготовки спортсменов и ее основные задачи 1. Методологические основы построения теории подготовки спортсменов и ее реализация. 2. Система подготовки национальных команд. 3. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении. 4. Техничко-тактическая и психологическая подготовка. 5. Двигательные качества и физическая подготовка. 6. Макро, микро и мезоструктура процесса подготовки. 7. Отбор, ориентация, управление и контроль в системе подготовки и соревновательной деятельности.	2				4	Мультимедийная презентация	Дополнительная: [19], [20].	
7.3.	Профессионализация современного спорта высших достижений 1. Дифференциация профессионального спорта («профессионально-супердостиженческий» спорт и «профессионально-коммерческий» спорт) в свете гуманитарной ценности спорта. 2. Проблематика «спорта для всех».	2				2		Дополнительная: [19], [20].	Реферат, Мультимедийная презентация

	3. Проблема развития адаптивного спорта.								
7.3.1.	Профессионализация современного спорта высших достижений 1. Дифференциация профессионального спорта («профессионально-супердостиженческий» спорт и «профессионально-коммерческий» спорт) в свете гуманитарной ценности спорта. 2. Проблематика «спорта для всех». 3. Проблема развития адаптивного спорта.		2					Дополнительная: [19], [20].	Опрос
7.4.	Современные аспекты совершенствования физических качеств спортсменов 1. Интеграция знаний, относящихся к разделам подготовки спортсменов при изучении физических качеств и их видов, проявляемых в различных видах спорта. 2. Современное представление совершенствования методики развития силы, гибкости, выносливости, скоростных и координационных способностей.		2			2		Дополнительная: [19], [20].	Доклад
8	Проблема разработки технологии моделирования и контроля процессов развития физкультурной и спортивной деятельности	2	2			4			
8.1.	Научно-методологические основы построения моделей соревновательной деятельности 1. Построение моделей подготовленности. Проблема построения функциональных моделей. 2. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов.	2				2		Основная: [2]. Дополнительная: [13], [18].	
8.2.	Научно-методические основы прогнозирования в спорте 1. Методы прогнозирования. Виды прогнозирования и их значение. 2. Виды прогнозирования и их значение в спортивной практике.		2			2		Основная: [2]. Дополнительная: [13], [18].	Опрос

9	Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья и практической подготовки педагога-преподавателя физической культуры	2	2			4			
9.1.	Проблемы реализации потенциала физической культуры в профилактике заболеваний, укрепления здоровья населения 1. Аспекты профилактики вредных пристрастий: табакокурения, потребления спиртных напитков, наркотиков, нарушений режима сна и питания. 2. Современные пути решения проблем в формировании здорового образа жизни.	2				2		Основная: [2]. Дополнительная: [8], [20].	
9.2.	Выявить основные противоречия между реалиями социального заказа, компетентностью специалистов – выпускников вузов физической культуры и системой их подготовки 1. Обобщить мировой опыт подготовки специалистов в сфере физической культуры. 2. Обосновать организационно-педагогические условия активизации учебной (познавательной) деятельности студентов.		2			2		Основная: [2]. Дополнительная: [8], [20].	Текущий контроль успеваемости
10.	Проблемы оздоровительной, рекреативной, реабилитационной и адаптивной физической культуры	2	4			4			
10.1.	Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры 1. Характеристика исторически сложившихся и современных систем физических упражнений в различных регионах мира (йога, ушу, аэробика и др.). 2. Проблема снижения интереса к традиционным для системы физической культуры средств физического воспитания. Проблемы спортивно-реабилитационной физической культуры.	2				2	Мультимедийная презентация	Дополнительная: [11], [13].	
10.2.	Методологические основы адаптивной физической культуры 1. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты		2			4		Дополнительная:	Доклад Мультиме

	адаптивной физической культуры. 2. Педагогические функции структурных компонентов адаптивной физической культуры. 3. Параолимпийское движение Беларуси, дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси.							[11], [13].	-дийная презентац ия
10.2.1	Методологические основы адаптивной физической культуры 1. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. 2. Педагогические функции структурных компонентов адаптивной физической культуры. 3. Параолимпийское движение Беларуси, дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси.		2					Дополните льная: [11], [12].	Опрос Итоговый контроль Мультиме -дийная презентац ия
	Всего часов 2 семестр:	12	12			32			Реферат
	Всего	38	34			74			Экзамен

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
Заочная форма получения образования

Номер		Количество аудиторных часов	Самостоятельная	Материальное обеспечение	Литература	Формы контроля
-------	--	-----------------------------	-----------------	--------------------------	------------	----------------

	Название раздела, темы занятия; перечень изучаемых вопросов	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа студентов				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Установочная сессия									
1.	Система научного знания о физической культуре и спорте, ее структура	2	2		2	6			
1.1.	Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте. 3. Комплекс наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучные, психолого-педагогические, социально-гуманитарные. 4. Специфика каждой группы научного знания: естественнонаучные, психолого-педагогические, социально-гуманитарные. 5. Современные тенденции развития наук о физической культуре и спорте 6. Соотношение физической и спортивной культур в современном обществе. 7. Проблема конверсий технологий спортивной подготовки в теорию и практику физического воспитания 8. Концептуальное представление о тенденциях развития физической культуры и спорта 9. Взаимообусловленность функций и форм физической культуры. 10. Проблема определения структурно-функциональных особенностей и разработки технологий видов и	2					Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4],	

	разновидностей физической культуры: базовой и базово-продолжающей; специализированно-прикладной; спортивной; адаптивной; оздоровительно-реабилитационной; повседневно-бытовой.								
1.2.	Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания 1. Перспективы формирования системы общего непрерывного образования в области физической культуры. 1. Определение места образования в области физической культуры школьников. 2. Научно прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания 3. Проблематика совершенствования программно-нормативных основ физического воспитания 4. Пути повышения эффективности физического воспитания. 5. Спортсизация физического воспитания школьников 6. Концепция олимпийского образования, современная практика и перспективы ее реализации.		2					Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4],	Опрос Мультимедийная презентация
2.	Проблема формирования и эффективности организационных основ отечественной системы физического воспитания	2	2						
2..1.	Пути формирования современных организационных основ отечественной системы физического воспитания 1. Развитие общественных и спортивных организаций, спортивных движений и инициатив и пути повышения эффективности их деятельности. 2. Анализ закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» и проблем, связанных с современной практикой спортивного движения и процессами профессионализации и коммерциализации спорта.	2					Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [5], [6].	

	2. Характеристика целевых установок системы физического воспитания. 2. Современное состояние программно-нормативных основ отечественной системы физического воспитания. 3. Реализация Закона РФ «О физической культуре и спорте» 4. Особенности коммерциализации спорта.								
2.2	Феномен двигательной активности и современная методология его исследования 1. Концепция двигательной активности человека как системы представлений об основных закономерностях управляемого развития и утилизации двигательного потенциала человека. 2. Пути, направления, средства и формы организации двигательной активности различных контингентов. 1. Инновационные подходы к проектированию систем физической подготовки в различные периоды жизни человека. 2. Закономерности возрастного моторного и психического развития, обязательность двигательной активности в течение всей жизни, потребности человека в двигательной активности.		1					Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [5], [6].	Опрос
2.3.	Дидактическая проблематика в сфере физической культуры 1. Обучение двигательному действию как процесс целенаправленного управления формирования двигательного умения и навыка 2. Пути углубления принципов, средств и методов обучения двигательным действиям 3. Проблема соответствия методов этапа обучения и их соотношение, способствующее стабилизации динамичности и вариативности двигательных умений и навыков.		1					Основная: [1], [2]. Дополнительная: [1], [2], [3], [4], [5], [6].	Мультимедийная презентация

	4. Проблема соотношения двигательного навыка и уровня развития физических качеств. 5. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей 6. Основы теории и методики развития физических качеств и двигательных способностей учащихся. 7. Фундаментальные закономерности развития двигательного потенциала человека; 8. Формирование спортивной генетики как области научного знания, характеристика ее научной проблематики.								
	Всего часов:	4	4						
	Зимняя сессия								
3	Перспективы дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта	6	2						
3.1.	Спорт как социально-культурный феномен 1. Прогнозы развития спорта высших достижений в свете гуманитарного знания; 2. Проблема изучения спорта как субкультуры (фанатизм, допинг в спорте); 3. Спортивное достижение как объект познания и оценки науки о спорте; 4. Основы современной системы подготовки в спорте. 5. Профессионализация современного спорта высших достижений; 6. Проблематика общедоступного спорта («спорта для всех»); 7. Развитие адаптивного спорта;	2					Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [5], [6], [10], [12].	
3.2.	Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении. 1. Техничко-тактическая и психологическая подготовка.	2					Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная:	

	2. Двигательные качества и физическая подготовка. 3. Макро, микро и мезоструктура процесса подготовки. 4. Отбор, ориентация, управление и контроль в системе подготовки и соревновательной деятельности. 5. Современные аспекты совершенствования физических качеств спортсменов							[5], [6], [10], [12], [13].	
3.3.	1. Методологические основы построения теории подготовки спортсменов и ее реализация 1. Система подготовки национальных команд. 3. Научно-теоретические основы построения системы спортивных соревнований в современном спортивном движении. 2. Техничко-тактическая и психологическая подготовка. 3. Современное представление о развитии физических качеств и двигательных способностей	2					Мультимедийная презентация	Основная: [1], [2]. Дополнительная: [5], [6], [10], [12], [13].	
3.4.	Проблема разработки технологии моделирования и контроля процессов развития физкультурной и спортивной деятельности 1. Научно-методологические основы построения моделей соревновательной деятельности 2. Построение моделей подготовленности. 3. Проблема построения функциональных моделей. 4. Концепция моделирования соревновательной деятельности и подготовленности на основе индивидуальных особенностей спортсменов. 3. Научно-методические основы прогнозирования в спорте. 4. Методы прогнозирования. Виды прогнозирования и их значение. Виды прогнозирования и их значение в спортивной практике.		2					Основная: [1], [2]. Дополнительная: [5], [6], [10], [12], [13].	Контроль успеваемости
.	Всего часов:	6	2						
	Летняя сессия								
4.	Проблемы оздоровительной, рекреативной, реабилитационной и адаптивной физической культуры		2						

4.1..	Ключевые аспекты оздоровительно-рекреативной и оздоровительно - реабилитационной физической культуры 1. Характеристика исторически сложившихся и современных систем физических упражнений в различных регионах мира (йога, ушу, аэробика и др.). 2. Проблема снижения интереса к традиционным для системы физической культуры средств физического воспитания. Проблемы спортивно-реабилитационной физической культуры. 3. Научно-теоретические и гуманитарные аспекты адаптивной физической культуры. 4. Педагогические функции структурных компонентов адаптивной физической культуры. 5. Параолимпийское движение Беларуси, дефлимпийское движение Беларуси, специальное олимпийское движение Беларуси.		2					Основная: [1], [2]. Дополнительная: [5], [6], [10], [12], [13].	Реферат Итоговая работа
	Всего часов:		2	-					
	Всего	10	8						

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная

1. Берков, В. Ф. Методология науки. Общие вопросы / В. Ф. Берков. – Минск : Респ. ин-т высш. шк., 2015. – 395 с.
2. Фурманов, А. Г. Теория и методика физического воспитания : пособие / А. Г. Фурманов, М. М. Круталевич, Л. И. Кузьмина ; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2014. – 416 с.

Дополнительная

1. Ашмарин, Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 224 с.
2. Врублевский, Е. П. Выпускная квалификационная работа (от выбора темы до защиты) : учеб. пособие / Е. П. Врублевский, О. Е. Лихачев, Л. Г. Врублевская. – Смоленск : Смолен. акад. физкультуры, спорта и туризма, 2006. – 172 с.
3. Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований : моногр. / В. П. Губа, В. В. Маринич. – М. : Спорт, 2016. – 232с.
4. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М. : Акад., 2013. – 288 с.
5. Занковец, В. Энциклопедия тестирований / В. Занковец. – М. : Спорт, 2016. – 456 с.
6. Коган М.С., Философская теория ценностей./ М.С. Коган,- СПб.: ГОО ТК «Петрополис», 1997. – 205 с.
7. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник / А. М. Максименко. - М. : Физическая культура, 2005. - 544 с.
8. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений / Л. П. Матвеев. - 4-е изд., стереотип. - СПб. : Лань ; М. : Омега-Л, 2004. - 160 с.
9. Матвеев, Л. П. Основы общей теории и спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – Киев, 1999. –318
10. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учеб. пособие для акад. бакалавриата / В. Г. Никитушкин. – М. : Юрайт, 2018. – 232 с.

11. Николаев Ю.М. Теория физической культуры: функциональный, ценностный, деятельностный, результативный аспекты: Учебное пособие / СПб ГАФК им. Лесгафта. – СПб, 2000. – 80 с
12. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие / сост. А. И. Пьянзин. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2014. – 188 с.
13. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте / П. К. Петров. – Ижевск : Удмурт. гос. ун-т, 2017. – 460 с.
14. . Рогозкин В.А. Генетическая предрасположенность человека к выполнению физических нагрузок// Генетические, психофизические и педагогические технологии подготовки спортсменов. Сборник научных трудов. – СПб, 2006. – 143 с.
15. Рогозкин В.А., Назаров И.Б., Казаков В.И. Генетические маркеры физической работоспособности// Теория и практика физической культуры. – 2000. - №12. с. 34-36.
16. Романенко, В. А. Диагностика двигательных способностей : учеб. пособие / В. А. Романенко. – Донецк : Донец. нац. ун-т, 2005. – 290 с.
17. Теория и методика физического воспитания : учеб. для вузов физ. воспитания и спорта : в 2 т. / под ред. Т. Ю. Крুцевич. - Киев : Олимпийская литература, 2003. - Т. 1. - 422 с. ; Т. 2. - 391 с.
18. Теория и методика физической культуры: учеб./ под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
19. Трифонова, Н. Н. Спортивная метрология : учеб. пособие / Н. Н. Трифонова, И. В. Еркомашвили. – Екатеринбург : Урал. гос. ун-т, 2016. – 112с.
20. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2008. – 480 с.
21. Фискалов, В. Д. Научно-исследовательская работа магистранта : учеб.-метод. пособие / В. Д. Фискалов, А. А. Кудинов, М. А. Вершинин. – Волгоград : Волгоград. гос. акад. физ. культуры, 2010. – 205 с.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная внеаудиторная работа заключается в изучении основной и дополнительной литературы, монографий и периодической литературы, подготовке сообщений, рефератов, докладов по вопросам развития физической культуры и спорта.

Перечень заданий для самостоятельной работы:

- подготовка к лекциям и семинарским занятиям;
- проработка тем (вопросов), вынесенных на самостоятельное изучение;
- изучение тем и проблем, не выносимых на лекции;
- подготовка сообщений, тематических докладов, рефератов;
- конспектирование учебной литературы;
- составление обзора научной литературы по заданной теме;
- подготовка к зачету.

Контроль самостоятельной работы осуществляется в виде:

- обсуждения рефератов;
- оценки устного ответа на вопрос по сообщению или докладу;
- проверки рефератов, письменных докладов;
- проверки конспектов научной литературы;
- индивидуальные беседы.

СРЕДСТВА ДИАГНОСТИКИ

Для контроля качества образования используются следующие средства диагностики:

- устный опрос во время семинарских занятий;
- составление, представление и обсуждение представленных рефератов по отдельным разделам, темам или вопросам;
- дискуссионное обсуждение на семинарских занятиях отдельных тем или вопросов;

Терминологический минимум

1. Физическая культура – составная часть общей культуры человека, основу которой составляет процесс и результат деятельности материальных и духовных ценностей, способствующий всестороннему развитию человека.

2. Физическое воспитание – педагогический процесс, способствующий обучению двигательным действиям, воспитанию физическим качествам и формированию профессиональных знаний.

3. Спорт – равноценный компонент физической культуры, включает собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку, специальные отношения, нормы достижения на основе специализированной деятельности.

4. Детский спорт – разновидность вне учебной деятельности учащихся, предусматривающая специальную подготовку и выступление в соревнованиях.

5. Физическое развитие – закономерный процесс развития морфофункциональных свойств и способностей человека.

6. Физические качества – морфофункциональные качества унаследованы генетически, благодаря которым возможна физическая активность человека при целенаправленной деятельности.

7. Физическая подготовленность – результат педагогического процесса, воплощенный в высокоактивную деятельность прикладного характера.

8. Физическое совершенство – оптимальная величина специальной подготовленности, обеспечивающая высокоактивную деятельность.

9. Физическое образование – системное освоение рациональных действий на основе определенных знаний.

10. Спортивный результат – показатель реализации спортивной формы, оцениваемый определенным критерием в спорте.

11. Спортивная тренировка – доминирующая часть спортивной подготовки с использованием методов упражнения.

12. Спортивная форма – состояние высокой функциональной работоспособности организма, обеспечивающее высокий спортивный результат.

13. Спортивные способности – комплексное образование генетических предпосылок, проявляемых в двигательных умениях и навыках.

14. Критерии физического совершенства: тестовые критерии и нормативы спортивной единой квалификации.

15. Физическая культура и спорт решают задачи: оздоровительные, воспитательные и образовательные.

16. Спортивная деятельность делится на специальные дисциплины (туризм, гимнастика, игра и спорт) и отраслевые дисциплины (ППФП и спортивная тренировка).

17. ТМФ – изучает законы и закономерности физического воспитания на основе обобщенных фундаментальных знаний о воспитании и развитии личности.

18. МФВ – изучает частные закономерности физического воспитания и реализует их в педагогический процесс.

19. Физические упражнения – двигательные действия, направленные на реализацию задач физического воспитания.

20. Теория – система законов и закономерностей действительности на основе обобщенного фундаментального научного знания о предметной деятельности.

21. Технология – система механизмов передачи научных знаний от теории к практике.

22. Практика – система взаимодействия субъекта и объекта на основе дидактической переработки теории в практику.

23. Методология – система принципов познания, преобразования и оценка действительности на основе научных методов.

24. Концепция – система научно-теоретических положений, объясняющая процесс, раскрывающая связи и закономерности развития действительности.

25. Метод обучения – система действий учителя в процессе обучения.

26. Методический прием – облегчающий способ реализации метода в действительности.

27. Методика – система методов, приемов, средств, форм организации занятий, применяемых в обучении или в воспитании физических качеств.

28. Физическая нагрузка – дополнительная по сравнению с покоем, степень функциональной активности организма.

29. Объем физической нагрузки – суммарное количество работы, выполненное за определенное время.

30. Интенсивность физической нагрузки – суммарное количество работы, выполненное с высокой скоростью.

31. Принцип – основные обобщенные фундаментальные закономерности, представленные в виде определенных правил и систем, направленные на совершенствование педагогического процесса.

32. Соревнование – объективный способ демонстрации достигнутых результатов и оценка их по определенным правилам проведения.

33. Интенсивность абсолютная физической нагрузки измеряется в метрах, километрах, в частоте движения, а относительная интенсивность измеряется в процентах.

34. Общие принципы физического воспитания: содействие всестороннему и гармоничному развитию личности; связь физического воспитания с практикой; оздоровительной направленности.

35. Методы воспитания (убеждение, упражнение, принуждение, пример).

36. Физические упражнения имеют фазовый след: нормализация, суперкомпенсация, редукция.

37. Классификация физических упражнений: - по историческому признаку (игра, туризм, гимнастика, спорт); - по анатомическому признаку мышц; - по признаку воспитания физических качеств; - по биомеханической структуре (циклические, ациклические, смешанные); - по зонам мощности; - по признаку спортивной специализации.

38. Виды физической нагрузки: восстанавливающая ЧСС 100 – 145; поддерживающая ЧСС 145 – 155; развивающая аэробная ЧСС 155 – 175; развивающая аэробно-анаэробная ЧСС 175 – 185; развивающая анаэробно-гликолитическая ЧСС 185 – 195; развивающая анаэробно-алактатная ЧСС 195 и более.

39. Пространственные характеристики движения (направление, амплитуда, траектория, исходное положение).

40. Траектория состоит из направления, формы и амплитуды движения.

41. Временные характеристики движения (длительность и темп).

42. Пространственно-временные характеристики движения (скорость, ускорение и ритм).

43. Специальные принципы физического воспитания и спорта: непрерывности, системного чередования нагрузки и отдыха, постепенного повышения развивающей нагрузки, адаптивно-сбалансированной динамики физической нагрузки, циклического построения занятий, возрастной адекватности.

44. Психомоторные качества определяются ведущей ролью психических свойств в воспитании физических качеств.

45. Измеряются физические качества: выносливость предельным временем, сила массой перемещаемых объектов, быстрота количество движений в единицу времени.

46. Скорость восстановления лучше у спортсменов с сильной и подвижной нервной системой.

47. Подготовительные упражнения – биомеханическая структура схожа с основным двигательным действием.