

# ЛЕКЦИИ

## Теория и методика физического воспитания

Доктор педагогических наук,  
профессор

Марина Геннадьевна Янова



# Лекция №14

## Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста

### План

- Социально-педагогическое значение ФК детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности
- Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста.
- Формы занятий ФУ
- Содержание учебного предмета «Физическое воспитание». Особенности методики обучения двигательным действиям школьников

# Социально-педагогическое значение ФК детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности

К **школьному возрасту** относятся дети, подростки и юноши в возрасте от 6-7 до 17-18 лет.

В соответствии с существующей в нашей стране системой высшего образования школьный период подразделяется на: младший, средний и старший. Последний этап завершается обучением в общеобразовательной школе и переходом в специально-технические или средние учебные заведения, где завершается общее образование.

В нашей стране система ФВ , рассчитанная на приобщение к ФК всего подрастающего поколения.

**Основа этой системы:** обязательный курс ФВ.

# СИСТЕМА ФВ

**Формы ФК в режиме учебного дня и  
домашнего быта**

**Эпизодические массовые физкультурные  
мероприятия**

**Регулярные занятия по личному выбору  
учащихся в спортивных обществах, ДЮСШ и  
других внешкольных организациях**

# Социально-педагогическое значение направленного использования средств ФК в школьном возрасте велико и состоит в

следующем:

- Создается прочный фундамент для гармонического физического развития, укрепления здоровья, всестороннего ФОиВ, накапливаются надежные предпосылки для успешного овладения производственно-трудовыми, воинскими и другими навыками
- Постоянно поддерживается хорошая физическая и умственная работоспособность, обеспечивается успеваемость
- Рационально организуется досуг детей, элементы ФК внедряются в быт
- Последовательно повышается нравственная, интеллектуальная, эстетическая и трудовая культура подрастающего поколения

## Важно учитывать:



В школьном возрасте продолжается интенсивное развитие форм и функций организма. Этот процесс в определенной мере зависит от внешних условий жизни и характера осуществляемой деятельности, в значительной степени также зависит от направленного использования средств ФК.



ФК в школе имеет огромное значение для обучения необходимым в жизни двигательным умениям, навыкам; для овладения навыками их практического использования в разнообразных условиях двигательной деятельности.

**Важное значение для обучения двигательным навыкам имеют возрастные особенности, без которых невозможно правильно осуществить ФВ.**

**Типичными из них являются:**

- Непрерывный, быстрый, неравномерный рост и развитие детского организма**
- Незрелость и недостаточная устойчивость детского организма**
- Высокий уровень возбудимости, реактивности на различные внешние воздействия**

## Требования к учету возрастных особенностей:

- Содействовать прогрессивному их применению
- Принимать во внимание возрастные проявления
- Строить педагогический процесс с учетом внешних факторов и на основе реальных возможностей детского организма

## 2. Цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста.

**Цель** — способствовать всестороннему, гармоническому развитию ФК личности школьника и подготовке детей к жизни (в первую очередь к приобретению профессии) и успешному включению в трудовую деятельность.

В теории и практике ФК все многообразие **задач** приведено в систему и общими из них являются:

- Содействовать нормальному формированию, гармоническому развитию растущего организма; укреплять здоровье; повышать сопротивляемость неблагоприятным воздействиям внешней среды; повышать общую работоспособность

- Обучать основам техники движений; формировать и совершенствовать необходимые в разнообразной двигательной деятельности знания, умения и навыки, обучать сознательному, творческому применению их в изменяющихся условиях двигательной практики, формировать культуру двигательных действий, воспитывать стремление к обеспечению их целесообразности, экономичности, практической эффективности и эстетической выразительности.
- Совершенствовать двигательные и связанные с двигательной деятельностью интеллектуальные, волевые и эмоциональные качества; приучать детей к рациональной рационализации физических усилий, разумному использованию сил в соответствии с задачами и конкретными условиями соответствующей деятельности.

- воспитывать потребность в регулярных занятиях ФУ и использовании других средств ФК; обучать элементарным организаторским и методическим знаниям и умениям, обеспечивающим самостоятельное использование средств ФК
- Воспитывать высокие нравственные качества, приучать к организованности, дисциплинированности, ответственности за свои действия и поступки; воспитывать любознательность, трудолюбие, активность и самостоятельность в учении и труде, творческую инициативность; формировать эстетические потребности и взгляды, воспитывать эстетические чувства.

# Формы занятий ФУ

ФК детей школьного возраста осуществляется в 3 сферах:

-  В учебных заведениях, составляющих систему среднего образования
-  В организациях, осуществляющих внешкольные занятия ФУ
-  В семье

Занятия проводятся в 4 формах:

- Учебные занятия (классно-урочные)
- Занятия ФУ в режиме учебного дня школы
- Внеклассные занятия ФУ
- Внешкольные занятия ФУ

# Учебные занятия (классно-урочные)

Это основная форма реализации базовой ФК

Уроки ФК обеспечивают общую физ. подготовленность (ОФП) ко всей деятельности и отличаются наибольшим количеством средств.

К процессе классно-урочных занятий учащиеся знакомятся с типичными видами спортивных упражнений, овладевают основами техники, достигают более высокого уровня развития качеств, приобретают начальные сведения о видах спорта.

В процессе сдачи учебных нормативов накапливается опыт соревновательной борьбы, определяются интересы, возникает потребность совершенствоваться и намечается выбор спортивной специализации

## **Важные факторы, определяющие специфику уроков ФВ в школе:**

- **Основная направленность и конкретные задачи**
- **Возрастные особенности и возможности детей**
- **Многочисленность и неоднородность состава класса**
- **Предметно-пространственная среда (места занятий, оборудование, инвентарь и т.д.)**
- **Продолжительность урока – не более 45 минут**
- **Положение урока в расписании**

# Занятия ФУ в режиме учебного дня ШКОЛЫ

Назначение – создание предпосылок оптимальной умственной работоспособности на других уроках.

## ВИДЫ:

- Гимнастика до учебных занятий
- Физкультминутки во время урока
- Занятия ФУ на удлиненных переменах
- Ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня

## Внеклассные и внешкольные занятия ФУ

Назначение – организация свободного времени учащихся, заполнение его целесообразной двигательной деятельностью с целью всестороннего физического совершенствования, обеспечения активного отдыха.

### ПРИЗНАКИ:

- Временный коллектив
- Добровольный характер
- Проводятся на базе и вне школы

## **Выделяют 2 вида внеклассных и внешкольных занятий:**

- Систематические – занятия в кружках ФК (для младших школьников, занятия в секциях, занятия в группах ОФП)
- Эпизодические – ежемесячные дни здоровья и спорта, соревнования, турпоходы, прогулки, экскурсии, спортивные праздники и развлечения и др.

В общеобразовательной школе также создаются группы начальной подготовки ДЮСШ для учащихся, желающих заниматься спортом.

## Задачи групп начальной подготовки ДЮСШ

- Удовлетворение личных интересов, потребностей в области ФК
- Постепенный переход к спортивной специализации и последовательное совершенствование в избранном виде спорта
- Обучение элементарным организаторским и методическим знаниям, умениям, необходимым для самостоятельных занятий и осуществления общественно-полезной деятельности в области ФК
- Воспитание потребности систематически выполнять ФУ

## Содержание учебного предмета «Физическое воспитание». Особенности методики обучения двигательным действиям школьников

Содержание уроков ФВ определено программами, которые разработаны для каждого класса, но составляют единство, обусловленное общей направленностью, задачами, а также постепенным развертывание учебного материала.

С 1992 года в практику общеобразовательных школ введена **комплексная программа по ФВ**, которая содержит все формы занятий ФК (4 части).

## **Обучение двигательным действиям в школьном возрасте направлено на:**

формирование, углубление и расширение специальных знаний в виде представлений, обобщений и понятий, закономерностей, принципов и правил двигательной деятельности.

Предпосылкой успешности обучения двигательным действиям в школьном возрасте является своевременное определение объективных противоречий между задачами, требованиями к качеству действий и эффективности их применения, с одной стороны, и имеющимся фондом знаний, умений, навыков, уровнем физического развития, с другой.

**В соответствии с сутью ФВ , выделяют следующие компоненты содержания обучения двигательным действиям:**

- Создание педагогом предпосылок и стимулов учебной деятельности
- Восприятие учебного материала, анализ и осмысливание заданного, усвоение соответствующих понятий, принципов и правил и практического использования изученного; формирование на этой основе новых знаний
- Овладение полноценной техникой двигательных действий и введение их в систему познанного
- Овладение опытом применения специальных знаний, двигательных умений и навыков в более сложных условиях

- Формирование гармонического телосложения, предупреждение нарушений осанки, развитие двигательных качеств
- Самоконтроль, анализ, взаимооценка, самооценка учащимися учебной деятельности и ее результатов
- Контроль педагога за действиями и успеваемостью учащихся, оценочная информация, обсуждение достижений и недостатков

**Этапы занятий ФК сочетаются с физическими, возрастными и сопровождаются методами и методическими приемами**

**Начальное разучивание**



**Углубленное изучение**



**совершенствование**

## **В практике обучения двигательным действиям используются все основные методические направления.**

**Их конкретным выражением является:**

- Определение педагогом задач, программы и способов выполнения действий
- Определение количества и сложности заданий в зависимости от возраста, степени подготовленности школьников и имеющихся ресурсов времени и т.д.
- Предоставление учащимся самостоятельности в решении проблемных задач, включение планирование своих действий, определение средств и методов, анализ результатов и т.д.

Спасибо за внимание!

