

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/359643>

**Тип работы:** Курсовая работа

**Предмет:** Физическая культура (другое)

ВВЕДЕНИЕ 3

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ 5

1.1. Понятие и сущность физического воспитания 5

1.2. Функции и принципы системы физического воспитания 9

ГЛАВА 2. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА, МЕТОДЫ И ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ 13

2.1. Методы физического воспитания 13

2.2. Особенности форм, направленность и структура процесса обучения в физическом воспитании 20

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 33

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК 35

Актуальность работы: Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения – важнейшая задача социальной политики российского государства. Для ее решения в настоящее время рекомендуется использовать не только возможности системы здравоохранения, но и здоровье-сберегающий потенциал системы образования, педагогической деятельности. Эффективность здоровье-сберегающей педагогической деятельности может быть достигнута за счет широкого и разнообразного использования средств физического воспитания и их возможностей в решении оздоровительных задач.

Современное развитие общества неразрывно связано с необходимостью укрепления здоровья людей, так как является показателем успешности общества и зависит от многих факторов, важнейшим из которых является ведение здорового образа жизни .

Система физического воспитания, ориентирована на ценности здорового образа жизни. Критерии, характеризующие уровень здоровья населения, особенно детей и подростков, относятся к числу фундаментальных оценочных показателей для России. По этим критериям можно судить о качестве жизни людей и определять перспективу развития государства .

Поэтому в системе современного образования физической культуре принадлежит главная роль в формировании и укреплении здоровья учащихся, приобретении знаний и навыков здорового образа жизни. Во всех рекомендованных программах ФГОС по физической культуре указывается, что они последовательно решают основные задачи физического воспитания.

Цель работы рассмотреть педагогические основы физического воспитания.

Объект: физическое воспитание.

Предмет: педагогические основы физического воспитания.

Исходя из поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Определить понятие и сущность физического воспитания.
2. Рассмотреть функции и принципы физического воспитания.
3. Изучить методы физического воспитания
4. Рассмотреть особенности форм, направленность и структуру процесса обучения в физическом воспитании.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

1.1. Понятие и сущность физического воспитания

Физическое воспитание – педагогический процесс суть которого в совершенствовании организма человека, в формировании и улучшении основных двигательных навыков, умений и знаний .

Приведенное выше определение физического воспитания, является классическим и общепринятым, но несмотря на это оно не является основным.

Выделяется несколько направлений в изучении, анализе и определении физического воспитания:

1. Анализ на биологическом уровне
2. Основной вид воспитания (в широком смысле)
3. Определяется как основной процесс управления физическим развитием
4. Вид воспитания, спецификой которого является обучение движениям и воспитание физических качеств.

На основании вышесказанного можно сделать вывод, что понятие физическое воспитание рассматривается в широком и узком смыслах.

В широком смысле оно представляет из себя образовательно-воспитательный процесс, который присущ всему педагогическому процессу, и который направлен на всестороннее физическое развитие учащихся, их подготовку к выполнению социальных обязанностей в обществе.

В узком смысле определяется как вид воспитания, педагогический процесс, который протекает по определенным закономерностям деятельности, которая обеспечивает упорядоченное формирование и совершенствование двигательных умений и навыков, в соответствии с оптимизацией развития физических качеств человека.

Физическое воспитание обеспечивает управляемое воздействие на физическое развитие человека, в том числе - на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем. В комплексе социальных факторов, направляющих в той или иной мере развитие человека, физическому воспитанию отведена особая роль, как виду воспитания, специально ориентированному на оптимизацию физического развития.

Звеньями физического воспитания в зависимости от объекта, т.е. кто занимается физкультурой и спортом; и субъектов, т.е. кто руководит и организует тренировочный процесс являются :

- 1) дошкольные учреждения;
- 2) общеобразовательные школы, дворцы творчества школьников, школы-интернаты и т. п.;
- 3) вузы и средние специальные учебные заведения;
- 4) производственная сфера;
- 5) подразделения различных силовых структур;
- 6) медицинские учреждения (больницы, клиники, санатории, здравницы и т. п.).

В каждом из звеньев для управления и руководства физическим воспитанием существуют соответствующие органы (отделы, советы, комитеты и т. п.).

Цель физического воспитания первым сформулировал и сделал попытку ее обоснования К. Х. Грантын . Автор считает, что основной целью физического воспитания является подготовка к труду и обороне Родины.

Цель и задачи физического воспитания служат системообразующим фактором к интеграции содержания и методики физического совершенствования.

В современный период целью физического воспитания принято считать улучшение физического состояния человека и всего человечества, всестороннее улучшение физических качеств присущих абсолютно каждому человеку и связанных с физическими качествами способностей, воспитание духовно-нравственных качеств, описывающих социально активную личность.

Задачи физического воспитания :

- Развитие в физическом плане;
- Развитие постоянно изменяющейся совокупности органов, тканей и нервных центров организма;
- Первичная профилактика, сохранение здоровья и его укрепление, восстановление после учебной и трудовой деятельности;
- Развитие физических качеств, а именно быстроты, силы, выносливости, координации движений и гибкости;
- Получение и улучшение двигательных умений и навыков, которые необходимы в повседневной жизни и профессиональной деятельности;
- Получение знаний в области физической культуры, способности к самостоятельному использованию средств и методов физического воспитания для укрепления здоровья человека и его физического совершенствования;
- Приобретение морально-нравственных, этических, эстетических и патриотических норм современного интеллигентного человека, на основе общих ценностей человечества.

Профессиональной направленностью физического воспитания и ее культурой является физическая подготовка.

Физическая культура - часть общей культуры, характеризующая достижения общества в области физического, психического и социального здоровья человека.

Физическая культура – совокупность материальных и духовных ценностей общества, которые накоплены, создаются и используются для физического совершенствования людей.

Содержание физической культуры составляют:

- 1) личная гигиена, включающая в себя навыки в труде и быту (аккуратность, опрятность одежды, чистоту помещений), и привычки к гигиеническому режиму (рациональный распорядок деятельности и отдыха, гигиена сна, питания и т.д.);
- 2) закаливание организма в естественных условиях природы (воздух, солнце и вода);
- 3) физические упражнения.

Физическая культура, как феномен общей культуры уникальна. Именно она, по словам, Алферова является естественным мостиком, позволяющим соединить социальное и биологическое начало в развитии человека. Физическая культура, с присущим ей дуализмом, может значительно влиять на состояние организма, психики, статус человека и это, в главной мере, определяют социальный заказ на физическое воспитание детей.

Основные составные части целостной системы физического воспитания являются подсистемы физического воспитания в дошкольных, школьных учреждениях, вузах, на предприятиях и в силовых структурах, а в качестве основных компонентов выступают :

- процесс физического воспитания;

1. Алферова Т. В. Возрастные особенности адаптации сердечно-сосудистой системы к локальной мышечной деятельности: Автореф. дис. ... д-ра биол.наук / Т. В. Алферова.- М., 1990. - 42 с.
2. Белоус Л. К. Организация и управление процессом нравственного воспитания на уроке физической культуры. / Л. К. Белоус, И. А. Уджуху //В сборнике: Материалы XXXII Недели науки МГТУ XXVIII Всероссийская научно-практическая конференция "Образование наука-технологии". ФГБОУ ВПО "Майкопский государственный технологический университет"- 2016. - С.19-21.
3. Боген М. М. Обучение двигательным действиям / М. М. Боген. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 276 с.
4. Болотин А. Э. Структура и содержание педагогической концепции совершенствования многоуровневой системы физического воспитания в России / А. Э. Болотин, А. В. Чистяков // Уч. записки унта им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 3 (97). – С. 35-41.
5. Болотин А. Э. Технология управления здоровым образом жизни студентов / А. Э. Болотин, В. В. Бакаев // Уч. записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 1 (107). – С. 24-28.
6. Борисова И. П. Обеспечение здоровье сберегающих технологий в школе / И.П. Борисова // Справочник руководителя образовательного учреждения. -2012, - № 10.- С. 84-92.
7. Горовой В. А. Теория и методика физического воспитания в схемах и таблицах /В. А. Горовой – М.: МГПУ им. И. П. Шамякина, 2014. – С.12.
8. Грантынь К. Х. Методика физического воспитания / К. Х. Грантынь. – М.: Физкультура и спорт, 1939. – 623 с.
9. Гужаловский А. А. Методы проведения занятий физической культуры вузов / А. А. Гужаловский – М.: Спорт Академ-Пресс, 2002. -352 с.
10. Динаев Б. М. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки в вузах пожарно-технического профиля / Б. М. Динаев. - Шуя, 2009. - 159 с.
11. Егиазарова Г. П. Применение информационных технологий на уроках физики / Г. П. Егиазарова // В сборнике: Актуальные вопросы образования и науки сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции: в 11 частях. – 2014. – С. 41-43.
12. Кадыров Р. М., Морщанина Д. В., Караван А. В. Становление теории физического воспитания: цель, задачи, принципы /Р.М. Кадыров, Д. В. Морщанина, А. В. Караван // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2014. - № 5. - С. 51-54.
13. Кравцова Л. М. Основы методики физического воспитания: учебно-методическое пособие для студентов высшей школы физической культуры и спорта / Л.М. Кравцова – Челябинск: Изд-во «Библиотека А. Миллера», 2021. – 72 с.
14. Красавина В. Ф. Методика организации физкультурно-спортивных соревнований в вузах /В. Ф. Красавина, Л. Е. Ольшевская. – М.: Физкультура и спорт, 1991.

15. Купчинов Р. И. Теория и методика физического воспитания в терминах, понятиях, вопросах и ответах / Р.И. Купчинов. - Минск: БНТУ, 2006. - 278 с.
16. Новиков А. Д. Средства и методы физического воспитания / А. Д. Новиков. - М.: Физкультура и спорт, 1949. - 159 с.
17. Педагогические основы теории и методики физического воспитания: учебное пособие / М. П. Стародубцев, Т. В. Сапсаева, О. И. Пономарев, Н. В. Полищук, Н. Е. Винтовкина; СПбГУТ. - Санкт-Петербург, 2021. - 188 с.
18. Семенов В. С. Теория и методика физического воспитания / В.С. Семенов // Педагогика и современное образование: традиции, опыт и инновации: сборник статей XVIII Международной научно-практической конференции. - Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2022. - 124 с.
19. Теория физического воспитания / Под общ. ред. А.Д. Новикова, Л.П. Матвеева. - М.: Теория и практика физ. культуры., 1959. - 362 с.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/kurovaya-rabota/359643>