

ФГБОУ ВО «Московский технический
университет связи и информатики»

Волго-Вятский филиал

Физическая культура ***(основные понятия и термины)***

**Оринчук В.А., к.п.н.,
доцент**

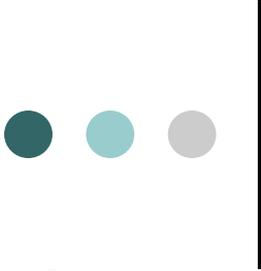


Определения ФК

Физическая культура - часть общечеловеческой культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития (ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»).

Физическое воспитание – педагогический процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры.

Физическая культура личности – это достигнутый уровень физического совершенства человека и степень использования приобретенных двигательных способностей, навыков и специальных знаний в повседневной жизни.



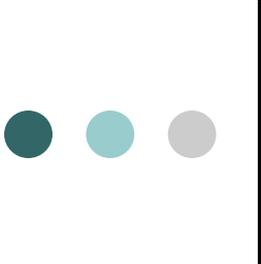
Определения ФК

Физическая подготовка - процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик.

Физическая подготовленность – уровень достигнутого развития двигательных способностей, формирования двигательных навыков.

Физическое развитие – понимается как процесс и результат изменения биологических форм и функций организма человека, обусловленный влиянием наследственности, факторами внешней среды и уровнем двигательной активности.

Двигательная активность – сумма движений, выполняемых человеком в процессе жизнедеятельности. Различают привычную и специально организованную двигательную активность.



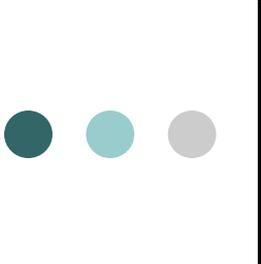
Определения ФК

Физическая реабилитация - восстановление (в том числе коррекция и компенсация) нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Адаптивная физическая культура - это вид (область) физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества (С.П. Евсеев).

Адаптивная физическая культура - вид культуры, сфера социально необходимой деятельности, направленной на создание всесторонней готовности к жизни человека с отклонениями в состоянии здоровья за счет выполнения физических нагрузок.

Лечебная физическая культура (двигательная реабилитация) – часть физической культуры: использование физических упражнений в качестве средств лечения и восстановления функций организма, нарушенных в результате заболеваний, травм, переутомления и др. причин.



Определения ФК

Спорт – часть физической культуры, сложившийся в форме специальной практики подготовки человека к соревнованиям и соревновательной деятельности с целью достижения наивысших результатов.

Спортивное соревнование - состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту).

Спортивные мероприятия - спортивные соревнования, а также учебно-тренировочные и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям с участием спортсменов.

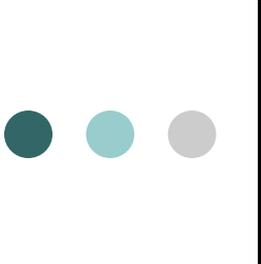
Физкультурные мероприятия - организованные занятия граждан физической культурой.

Массовый спорт - часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях.



Компоненты (виды) физической культуры

1. Образовательная (базовая) физическая культура.
2. Спортивная физическая культура (спорт).
3. Рекреационная физическая культура.
4. Реабилитационная физическая культура.
5. Адаптивная физическая культура.
6. Профессионально-прикладная физическая культура.



Субъекты физической культуры и спорта в РФ

- 1) Физкультурно-спортивные организации, в том числе физкультурно-спортивные общества, спортивно-технические общества, спортивные клубы, спортивные федерации.
- 2) Образовательные организации, осуществляющие деятельность в области ФК и С.
- 3) Оборонные спортивно-технические организации.
- 4) Научные организации, осуществляющие исследования в области ФК и С.
- 5) Олимпийский комитет России.
- 6) Паралимпийский комитет России.
- 7) Сурдлимпийский комитет России.
- 8) Специальная олимпиада России.
- 9) Российский студенческий спортивный союз.
- 10) Федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления, подведомственные этим органам организации.
- 11) федеральные органы исполнительной власти, осуществляющие руководство развитием военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта.
- 12) Профессиональные союзы в области ФК и С.
- 13) Граждане, занимающиеся физической культурой, спортсмены и их коллективы (спортивные команды), зрители, спортивные судьи, тренеры и иные специалисты в области ФК и С.
- 14) Спортивные агенты.



Система физической культуры и спорта в РФ

Система – объективное единство закономерно связанных между собой элементов, предметов, явлений, а также знаний о природе и обществе.

Система физической культуры в РФ – это упорядоченная совокупность государственных органов, общественных организаций и граждан, осуществляющих деятельность в целях развития физической культуры и спорта в Российской Федерации.

Цель системы физической культуры - формирование физической культуры человека как неотъемлемого компонента всесторонне развитой личности, характеризующегося деятельностным самоопределением к творческому освоению физкультурных ценностей.

Принципы системы физической культуры в РФ:

- принцип оздоровительной направленности;
- принцип гармоничного (целостного) развития личности;
- принцип связи с жизнедеятельностью.



Основы системы физической культуры и спорта в РФ

Правовые

**Программно-
нормативные**

**Научно-
методические**

Организационные

Кадровые



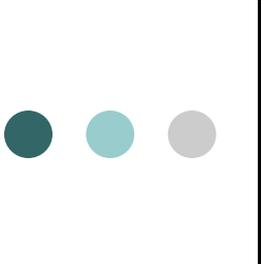
Правовые основы системы физической культуры и спорта

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (от 4 декабря 2007 года №329-ФЗ).
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ).
4. Федеральный закон «О дополнительном ежемесячном материальном обеспечении граждан Российской Федерации за выдающиеся достижения и особые заслуги перед Российской Федерацией» (от 04.03.2002 года № 21-ФЗ).
5. Закон «О физической культуре и спорте в Нижегородской области» (от 11 июня 2009 года).
6. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016 - 2020 годы».
7. Государственная программа «Развитие физической культуры и спорта Нижегородской области» (2015-2020 годы).



Программно-нормативные основы системы физической культуры и спорта

1. Федеральные государственные образовательные стандарты.
2. Программы физического воспитания обучающихся (дошкольники, школьники, студенты).
3. Нормативы физической подготовленности обучающихся.
4. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО.
5. Федеральные стандарты спортивной подготовки (по видам спорта).
6. Примерные программы спортивной подготовки (по видам спорта).
7. Единая всероссийская спортивная классификация.
8. Нормативы физической подготовленности отдельных групп специальностей (МВД, ВС РФ и др.)



Научно-методические основы системы физической культуры и спорта

1. Ведущие ВУЗы в области физической культуры и спорта:
 - Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (Москва);
 - Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта (Санкт-Петербург).
2. Федеральное учебно-методическое объединение в системе ВО по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки 49.00.00 (председатель – Евсеев С.П.).
3. Научно-методические центры и лаборатории по физической культуре и спортивной тренировке (при ВУЗах)
4. Комплексные научные группы по видам спорта.
5. Научно-методические издания в области физической культуры и спорта.



Организационные основы системы физической культуры и спорта

Государственные организации:

- Министерство спорта РФ, регионов, муниципальные департаменты по спорту.
- спортивные школы ДЮСШ, СДЮСШОР, ЦСП.
- образовательные организации
- физкультурно-оздоровительные клубы (ФОК).

Общественные организации:

- Олимпийский, Паралимпийский комитет России.
- физкультурно-спортивные общества.
- федерации по видам спорта.
- общественные советы и комиссии.

Коммерческие организации:

- фитнес-центры.
- частные спортивные клубы.



Кадровые основы системы физической культуры и спорта

1. Специалисты, получившие образование по направлению подготовки:

- Физическая культура 49.02.01 (среднее специальное), 49.03.01 (высшее - бакалавриат), 49.04.01 (высшее - магистратура).

- Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) 49.02.02 (среднее специальное), 49.03.02 (высшее - бакалавриат), 49.04.02 (высшее - магистратура).

- Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм - 49.03.03 (высшее - бакалавриат), 49.04.03 (высшее - магистратура).

- Педагогическое образование 44.02.01 (среднее специальное), 44.03.01 (высшее - бакалавриат), 44.04.01 (высшее - магистратура).

Направление подготовки «Физическая культура».

2. Научная специальность 13.00.04 - Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.