

УДК 796.01(07)
Р82

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор М. Я. Виленский,
доктор педагогических наук, профессор В. Г. Никитушкин

Рубин В. С.

Р82 Разделы теории и методики физической культуры / В. С. Рубин. – М. :
Физическая культура, 2006. – 112 с. – ISBN 5-9746-0012-6.

В учебном пособии раскрыты темы курса теории физической культуры и спорта, вызывающие определенные трудности у студентов и практикующих тренеров. Это, прежде всего, система физического воспитания, в которой раскрыты принципы, цели, задачи, определено место научно-методических, программно-нормативных и организационных основ как единого целого физической культуры. Структура обучения представлена в единстве теоретических построений и практической физкультурной и спортивной деятельности. Раскрыта важность и значимость планирования и контроля в физическом воспитании. Достаточно подробно освещены методология и методы исследования в теории физической культуры. Освещена тема, связанная с теоретическим и методическим осмыслением построения олимпийских циклов тренировки.

Учебное пособие рассчитано на студентов, тренеров, преподавателей, слушателей факультетов, центров и институтов повышения квалификации в области физической культуры и спорта.

УДК 796.01(07)

ISBN 5-9746-0012-6

© Издательство «Физическая культура», 2006

© Рубин В.С., 2006

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|----|
| Предисловие | 3 |
| Глава 1. СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ | 5 |
| 1.1. Определение «системы физического воспитания» | 5 |
| 1.2. Идейные основы системы физического воспитания..... | 6 |
| 1.2.1. Идейные истоки или отправные положения системы физического воспитания | 6 |
| 1.2.2. Общие принципы системы физического воспитания | 8 |
| 1.2.3. Цель, и задачи системы физического воспитания ... | 12 |
| 1.3. Научно-методические основы системы физического воспитания | 13 |
| 1.4. Программно-нормативные основы системы физического воспитания | 15 |
| 1.5. Организационные основы системы физического воспитания | 18 |
| Библиографический список | 19 |
| | |
| Глава 2. СТРУКТУРА ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ | 20 |
| 2.1. Общая структура процесса обучения двигательным действиям. Определения и принципиальная схема стадий и этапов обучения..... | 21 |
| 2.2. Неразрывная связь и единство теоретических представлений и методики обучения..... | 23 |
| 2.3. Методические подходы к рассмотрению этапов обучения..... | 33 |
| Библиографический список | 38 |
| | |
| Глава 3. ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ..... | 39 |
| 3.1. Основные положения планирования физического воспитания | 40 |

| | |
|---|----|
| 3.1.1. Сущность, предмет и определение понятия планирования | 40 |
| 3.1.2. Необходимость и предпосылки планирования | 48 |
| 3.1.3. Требования к планированию | 49 |
| 3.1.4. Логическая последовательность основных операций планирования | 50 |
| 3.2. Характеристика основных документов планирования физического воспитания | 51 |
| 3.2.1. Перспективное планирование | 52 |
| 3.2.2. Этапное планирование | 54 |
| 3.2.3. Краткосрочное (оперативно-текущее) планирование | 56 |
| 3.3. Контроль в физическом воспитании | 57 |
| 3.3.1. Методологические аспекты проблемы контроля | 57 |
| 3.3.2. Основные положения и виды педагогического контроля | 59 |
| 3.3.3. Типы обратной связи | 59 |
| Библиографический список | 62 |

| | |
|--|----|
| Глава 4. МЕТОДОЛОГИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ В ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ | 63 |
| 4.1. Построение теоретического исследования | 64 |
| 4.2. Общенаучные подходы и методы исследования | 69 |
| 4.3. Методы получения, первичной обработки и проверки информационного материала для теоретических исследований | 74 |
| Библиографический список | 77 |

| | |
|---|----|
| Глава 5. СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ | 78 |
| 5.1. Теоретико-методические положения построения четырехлетнего олимпийского цикла | 78 |
| 5.2. Двойная детерминация управляющих воздействий – ключ к пониманию и решению основных противоречий современной теории и практики спорта | 92 |
| Библиографический список | 96 |