

Министерство образования и науки Российской Федерации
Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Тамбовский государственный технический университет»

ОРИЕНТИРОВОЧНАЯ СИСТЕМАТИЗАЦИЯ СПЕЦИФИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЕЁ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ

Методические разработки
для студентов 1 – 4 курсов дневной формы обучения
всех специальностей



Тамбов
Издательство ГОУ ВПО ТГТУ
2011

УДК 796(076)
ББК Ч511.1я73-5
Г901

Рекомендовано Редакционно-издательским советом университета

Рецензент

Кандидат педагогических наук,
доцент Института физической культуры
и спорта ГОУ ВПО ТГУ им. Г.Р. Державина
А.А. Рязанов

Составитель

А.Н. Груздев

Г901 Ориентировочная систематизация специфических функций физической культуры и её функциональных связей : методические разработки / сост. А.Н. Груздев. – Тамбов : Изд-во ГОУ ВПО ТГТУ, 2011. – 16 с. – 100 экз.

Даётся целостная характеристика сущности физической культуры, её социальных функций и форм, проблематики исследований по предмету рассматриваемой отрасли науки.

Предназначены для студентов 1 – 4 курсов дневной формы обучения всех специальностей, а также для использования педагогическими работниками, занимающимися исследованием проблем в области теории и методики профессионального образования.

УДК 796(076)
ББК Ч511я73-5

© Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет» (ГОУ ВПО ТГТУ), 2011

ВВЕДЕНИЕ

Модернизация системы профессионального образования объективно требует приведения его в соответствие с реальными запросами ведущих отраслей промышленности, культуры, сферы услуг, государственной службы и т.п. В связи с этим необходимо создание системы прогнозирования потребностей рынка труда в специалистах различной квалификации. Обеспечение этих потребностей связано с доступностью профессионального массового образования, направленного на формирование не только профессиональных знаний и умений, но и на мировоззрение будущих специалистов.

Концепция модернизации профобразования предусматривает его структурирование, оптимизацию сети его учреждений, отработку различных моделей интеграции начального, среднего, высшего и профессионального образования, обеспечение его многоуровневости, создание университетских комплексов, учебно-научно-производственных объединений.

Важнейшим условием эффективности формирования кадрового потенциала является непрерывное образование личности.

Образование – один из факторов прогресса, оно должно быть ориентировано на обеспечение самоопределения личности, создание условий для её самореализации, развитие общества, укрепление здоровья и совершенствование физической формы каждого человека.

Профессиональное образование любого уровня направлено на получение молодыми людьми профессии и соответствующей квалификации.

Образование в высшем учебном заведении не замыкается на профессиональной подготовке, хотя именно специальность и определяет основной список дисциплин вуза. Дисциплина «физическое воспитание» изучается студентами практически на протяжении всего периода обучения и на всех факультетах. Этот блок в значительной степени определяет профессиональное развитие и профессиональное воспитание. Развивает профессиональное мышление, память, специфические механизмы психомоторики. Формирует целый ряд профессионально-коммуникативных, профессионально-физических качеств личности будущего специалиста.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

В числе специфических функций физической культуры можно с некоторой условностью выделить кардинальные, характерные для её целостного функционирования, и избирательно профилированные функции её разделов.

Кардинальные специфические функции физической культуры в целом. Говоря о них, надо иметь в виду те её функции, которые проявляются в полной мере на основе комплексного и последовательного использования на протяжении индивидуальной жизни базовых и других слагаемых физической культуры, благодаря чему достигаются наиболее существенные для индивида и общества результаты её функционирования. К таким функциям в оптимальном варианте относятся главным образом:

– *функция, заключающаяся в благотворном воздействии многолетней физкультурной деятельности на динамику физического развития индивида, особенно на динамику его деятельностных физических качеств и сопряжённых с ними способностей;*

– *во многом совпадающая с этим функция благотворного воздействия слагаемых физической культуры на динамику состояния здоровья, особенно физического, благодаря чему комплексные физкультурные занятия играют незаурядную роль в профилактике многих заболеваний, восстановлении здоровья в случае его нарушения и упрочении его;*

– *функция, выражающаяся в роли физической культуры как практически неисчерпаемого источника материала перманентного (непрерывного и восходящего по уровням) физкультурного образования, включающего формирование и отлаживание богатого индивидуального фонда двигательных навыков, умений и сопряжённых с ними знаний.*

Перечисленные функции, весьма условно, можно назвать так: первую – «физкультурно-развивающей» функцией, вторую – «физкультурно-оздоровительной», третью – «физкультурно-образовательной».

Анализируя главные роли физической культуры в прикладном аспекте, выделяют, кроме перечисленных функций, её *решающую роль в обеспечении всесторонней физической подготовки подрастающего и взрослого поколений к жизненной практике.* Однако надо иметь в виду, что такая функция по сути охватывается в основном перечисленными выше, если в процессе развертывания многолетней физкультурной деятельности в неё включается, кроме прочего, прикладное со-

держание, т.е. обеспечивается формирование жизненно важных двигательных умений и навыков, полезных в различных сферах жизненной практики, и развитие физических способностей, от которых существенно зависит успех деятельности в данных сферах.

Все названные кардинальные функции не только сопряжены друг с другом, но и в определённой мере совпадают. В то же время они не сводятся друг к другу, ни одна из них не может целиком заместить другую. Так, к примеру, направленное воздействие в процессе физического воспитания на развитие физических качеств индивида, обеспечивающее их положительную динамику, само по себе ещё не гарантирует полноценного физкультурно-образовательного эффекта. Для обеспечения последнего необходимо систематическое обучение технике двигательных действий, ведущее к созданию богатого фонда двигательных умений, навыков, и связанных с ними знаний. Каждая из названных кардинальных функций физической культуры полноценно проявляется в практике лишь при условии адекватных мер по её реализации.

Эти функции проявляются в той или иной мере в различных разделах физической культуры (её видах, разновидностях, фрагментах), но реализуются неполно, в той или иной мере парциально. Причём тем в меньшей степени, чем более узко специализирован раздел и чем короче время, в пределах которого использовался тот или иной её компонент. Например, хорошо известна полезность утренней гимнастики, однако её польза заключается главным образом в оперативной оптимизации текущего функционального состояния организма; было бы несерьёзным считать, будто утренняя гимнастика или подобные кратковременные сеансы физических упражнений без других слагаемых физической культуры гарантируют всестороннее развитие физических способностей и несокрушимое здоровье. Для действительных гарантий такого рода требуются большое время и немалые затраты энергии. Иначе говоря, необходимо, чтобы физическая культура прочно вошла в повседневную жизнь и была бы представлена в нём основными и дополнительными своими видами, следующими друг за другом применительно к особенностям стадий онтогенеза. Только в таком случае она в полной мере позволяет оптимизировать процесс индивидуального физического развития на протяжении жизни человека. В детском и подростковом возрасте, когда темпы естественных свойств организма особенно велики, применение адекватных факторов физической культуры позволяет эффективно реализовать эти благоприятные возможности поступательного развития индивидуальных физических качеств, не упустив чувствительных периодов в их возрастной динамике, наи-

более благоприятных для направленных воздействий. В зрелом возрасте происходит замедление темпов физического развития. Физкультурная деятельность может служить фактором стимулирования поступательного изменения функциональных возможностей организма и поддержания их на повышенном уровне. Когда же начинают действовать тенденции возрастной эволюции и уровень физических возможностей в силу этого убывает, вновь модифицированные факторы физической культуры могут минимизировать эти тенденции, противодействуя им. Из сказанного следует, что роль физической культуры в оптимизации процесса физического развития человека принципиально нельзя сводить лишь к влиянию какого-нибудь одного фрагмента, вида или раздела. Это есть кардинальная функция физической культуры в целом, всей совокупности её основных видов.

Несомненна роль физической культуры как одного из мощных факторов предупреждения нарушений здоровья, упрочения его и сохранения на высоком уровне. По крайней мере в отношении физического здоровья.

Кардинальные функции физической культуры в целом, получают свое полноценное проявление в индивидуальной жизни при условии, если её адекватные компоненты составляют неотъемлемую принадлежность индивидуального образа жизни на всем её протяжении. Физическое развитие организма современного человека во многом зависит от объёма и содержания его двигательной активности.

Специфические профилированные функции видов и разновидностей физической культуры. Одна из существенных тенденций исторического развития физической культуры заключается в её дифференциации, которая проявляется в выделении разделов физической культуры, формировании её видов и разновидностей, имеющих профилированные функции. Это обусловлено влиянием на функционирование и структурирование физической культуры ряда факторов и обстоятельств. В качестве основных обозначаются следующие:

- разнообразие объективных социальных и личностных потребностей, которые предъявляются к физической культуре и которые она может удовлетворить в силу присущих ей свойств;
- особенности тех социальных сфер и структур, в которые включаются определённые компоненты физической культуры и с пользой функционируют там применительно к особенностям и условиям, характерным для различных сфер и структур;
- особенности континентов, приобщаемых к физической культуре.

Профилированные функции физической культуры в её разделах, обусловленных влиянием этих факторов и обстоятельств, сочетаются с её кардинальными функциями, но в разной мере зависящей от специфики того или иного раздела.

Функциональные особенности базовой физической культуры.

Этот вид физической культуры представлен прежде всего в общей системе образования-воспитания подрастающего поколения. Функционирование компонентов физической культуры здесь происходит в определяющей зависимости от закономерностей развёртывания общеобразовательно-воспитательной практики и направлена на то, чтобы заложить основы общего физкультурного образования, создать тем самым у каждого достаточно широкий фонд разнообразных двигательных умений, навыков и сопряжённых с ними знаний, в то же время гарантировать всем базовый уровень развития физических качеств, свойственных активно деятельному индивиду, оптимизировать на этой основе предпосылки полноценного здоровья.

Функциональные особенности профессионально-прикладной физической культуры. По мере того, как определённые компоненты физической культуры внедрялись в сферу производительного труда, формировался особый вид физической культуры. Сложились две разновидности профессионально-прикладной физической культуры: специально-подготовленная и производственная физическая культура.

В рамках специализированной профессионально-прикладной физической подготовки обеспечивается формирование и совершенствование тех двигательных умений и навыков, которые аналогичны умениям и навыкам, используемым в профессиональной деятельности. Что же касается профилированного содержания и форм производственной физической культуры, то они складываются в решающей зависимости от закономерностей оперативного содействия росту производительности труда, его режима, условий и особенностей воздействия на состояние трудящихся. В силу этого здесь определились особенности выбора используемых упражнений, их методики и порядка включения в режим рабочего дня.

Функциональные особенности спорта как компонента физической культуры. Спорт в большинстве своих видов включает наиболее значительно выраженную двигательную активность, строго направленную и чрезвычайно действенную в определённом отношении. Обладающие такими свойствами виды спорта составили крупную часть физической культуры. В этой части наиболее выражены те функции, которые специфичны для спорта. А именно: спортивно-

достиженческая эвристическая и спортивно-соревновательная эталонная функции. Первая заключается в том, что спорт открывает индивиду путь к познанию скрытых резервов его собственных возможностей, выявляемых в спортивных достижениях. Вторая же состоит в том, что спортивно-соревновательная деятельность является измерителем возможностей индивида, проявляемых в спортивных результатах.

Выработанные в спорте подходы к активизации двигательной деятельности, методы и приёмы усиления её эффективности используются в ряде разделов физической культуры, но используются применительно к особенностям содержания того или иного раздела.

Функциональные особенности оздоровительно-реабилитационной физической культуры и её подобий. Реабилитационные свойства физических упражнений были подмечены ещё в древности. Стремление в полной мере использовать эти их свойства в сочетании с другими лечебными средствами для устранения последствий различного рода заболеваний и травматических повреждений привело со временем к становлению лечебной физической культуры (ЛФК),

Она сформировалась преимущественно в сфере медицины в качестве одной из отраслей терапии. Она включает кроме лечебных факторов обширный комплекс специально разработанных физических упражнений и методов их применения.

Одной из разновидностей реабилитационной физической культуры можно считать «адаптивную» физическую культуру. Речь идёт об использовании преобразованных определённым образом компонентов физической культуры с направленностью на получение физически и психически оздоравливающего эффекта у инвалидов.

Функциональные особенности «фоновых» компонентов физической культуры. «Фоновыми» названы те компоненты физической культуры, которые занимают не самое главное место среди других её слагаемых, но могут играть существенную роль в определённом отношении к физической культуре.

«Фоновые» компоненты могут содействовать оптимизации работоспособности, восстановлению после утомительной деятельности, поддержанию уровня функциональных возможностей организма, т.е. создавать благоприятный фон хорошего самочувствия и позитивного эмоционального состояния индивида.

В комплексном сочетании все компоненты физической культуры вносят свой немаловажный вклад в обеспечение здорового образа жизни.

ОБЩЕКУЛЬТУРНЫЕ ФУНКЦИИ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Физической культуре в качестве органической части культуры общества свойственны не только её специфические, но и общекультурные функции, а вместе с тем и функциональные связи со многими другими общественными явлениями. Этим обусловлена разносторонняя её значимость для удовлетворения общесоциальных и личностных потребностей.

Информационная функция. Физической культуре принадлежит немалая роль в накоплении, распространении и передаче от поколения к поколению ценных сведений о человеке, о его возможностях, средствах и путях их увеличения. Духовные и материальные ценности, создаваемые в процессе функционирования физической культуры и в связи с ней, являются носителями существенной информации, прежде всего о человеческих достижениях в совершенствовании своих собственных природных качеств, двигательных и сопряжённых с ними способностей. В физической культуре ряд наук находит для себя источник новых сведений о неизвестных ранее фактах и закономерностях.

К примеру, исследования активно-двигательных видов спорта выявили поразительные данные о функциональных возможностях нашего организма, неизвестные прежде традиционной физиологии.

Физкультурная, особенно спортивная, информация составляет всё возрастающую часть современных радио- и телепередач, газетных сообщений и других информационных каналов мирового сообщества. Это отражает реальное возрастание роли физической культуры в общекультурной жизни и способствует приобщению к ней широких масс.

Нормативная функция. Понятие «норма» в одном из основных его значений обычно связывается с представлением о параметрах безущербного состояния кого-либо, чего-либо или с представлением о некоторой степени его (состояния) совершенства. В аналогичном смысле нормы устанавливаются в процессе функционирования физической культуры, но часто с восходящими уровнями нормы. Это касается норм физической подготовленности населения, нормированных сдвигов в физическом развитии организма, достигаемых путём направленных воздействий в процессе систематической долговременной физкультурной деятельности, нормирования и самих физкультурных воздействий и т.п.

Если нормы согласуются с закономерностями оптимизации физического состояния и физического развития человека, то они являются своего рода эталонами успехов, достигаемых в результате физкультурной деятельности, критериями эффективности усилий, затраченных на этом пути, и вместе с тем конкретными ориентирами, намечающими перспективы дальнейшего продвижения по нему.

Получая широкое распространение и общее признание, они оказывают немалое влияние на отношение людей к физической культуре, стимулируют и упорядочивают использование её ценностей в интересах личности и общества.

Эстетическая функция. Эта общекультурная функция проявляется в сфере физической культуры на основе её свойств, позволяющих удовлетворять человеческие потребности в физическом совершенстве, здоровье и гармоническом развитии. По сути, вся деятельность по освоению физической культуры имеет жизнеутверждающий характер и потому естественно сопряжена с эстетическими началами, поскольку эстетические восприятия человека проходят как бы сквозь призму его физического благополучия и включают в себя оценку жизненной важности его собственных физических достоинств.

Несомненно, эстетическую ценность имеют гармония телесного и духовного развития, совершенство движения, красота телосложения и многое другое из того, что даёт органическое приобщение к физической культуре.

Не случайно она получила и получает широкое отображение в различных видах искусства и сама приобрела ряд признаков искусства (это особенно зримо выражено в художественной гимнастике, фигурном катании и других видах спорта).

Роль физической культуры как средства воздействия на нравственные качества и поведенческую этику личности. Известно, что физическая культура предоставляет неординарные возможности для нравственного воспитания, включая воспитание морально направленной воли и поведения. Физкультурная деятельность создаёт ничем незаменимые деятельностные предпосылки для практической реализации нравственных убеждений и устремлений. В частности, увеличивает энергетический потенциал и другие натуральные предпосылки для этого, стимулирует проявление и развитие целеустремлённости в конкретных поступках, решительности, настойчивости, выдержки и других волевых качеств в их практическом выражении.

В условиях групповой и коллективной физкультурной деятельности развиваются многообразные межличностные взаимодействия, в

том числе обострённые, особенно в спорте. Если они регулируются эстетически, то становятся хорошей практической школой поведения. А такое регулирование в хорошо отлаженной физкультурной практике, особенно спортивной, предусматривается. Здесь созданы свои эстетические нормы (известные как нормы спортивной этики), включающие элементы общечеловеческой этики. Всё это придаёт физической культуре как средству нравственного воспитания огромную ценность.

Физическая культура действует лишь как эффективное средство принятого нравственного воспитания, т.е. физкультурная практика должна развиваться без отрыва от системы нравственного воспитания, между ними необходимо обеспечивать функциональную связь.

Физическая культура как фактор социализации личности и социальной интеграции. Функциональные связи существуют между физкультурным движением как социальным течением и другими течениями в обществе, приводящими к социализации личности и социальной интеграции.

Социализацией личности в социологии принято называть процесс приобщения человека к жизни общества, освоения личностью социального опыта, включения индивида в систему разнообразных общественных отношений, а *социальной интеграцией* – сближение и объединение людей в определённые организации на основе общности интересов и совместной деятельности.

В качестве широкого социального течения, особенно в условиях благополучия общества в целом, физкультурное движение приобретает возрастающую значимость как фактор вовлечения масс в активную общественную жизнь и как одна из наиболее массовых форм организации общественной инициативы.

Но то, по какому именно направлению пойдёт социальное формирование личности в процессе физкультурной деятельности, как и то, куда конкретно будет направлено физкультурное движение, в каких формах оно организуется и какие силы руководят им – всё это в решающей мере зависит от коренных социальных отношений, господствующих в обществе.

Роль физической культуры в широких интернациональных контактах. Так же, как и культура в целом, физическая культура играет выдающуюся роль в связях между народами мира. Не исключено, что эта роль выражена у культуры физической в большей степени, чем у некоторых других сторон культуры. Общение на физкультурной «почве» стало одной из наиболее распространённых и массовых форм интернациональных контактов, охвативших миллионы людей.

**Условная схема основных установочных факторов,
организационных форм и условий функционирования
системы физической культуры в обществе**

ОСНОВНЫЕ УСТАНОВОЧНЫЕ ФАКТОРЫ:

Отправные идейные принципы, цели, задачи

Научно-прикладная концепция и её основания

Программное содержание и нормативные основы

Определяющие методические черты

**Социальная практика физической культуры
в её организационных формах:**

Государственные формы
организации

Общественные формы
организации

УСЛОВИЯ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ

Система врачебно-педагогического контроля
Система подготовки профессиональных кадров и специализированные научно-исследовательские учреждения
Информационное обеспечение
МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Смысл этих контактов, разумеется, не сводится лишь к чисто физкультурным интересам – он проистекает из общечеловеческих интересов, чаяний и стремлений.

В русле международного прогрессивного физкультурного движения находят воплощение идеи сотрудничества, мира и дружбы между народами. Тому способствует жизнеутверждающий характер физкультурной деятельности, общечеловеческая ценность достигаемых в ней результатов, особенно здоровья, а также и универсальность физкультурного, особенно спортивного, языка честного сопоставления сил,

пусть даже в соперничестве, которое не разъединяет и не противопоставляет людей, а объединяет их.

В развитом состоянии система физической культуры имеет идейные, научно-прикладные, программно-нормативные, методические и организационные основы, воплощается в системно отлаженной совокупности различных слагаемых физкультурной практики, вносящих свой вклад в реализацию целей, ради осуществления которых её строят в обществе, и обеспечивается комплексом материально-технических и других условий, необходимых для её эффективного функционирования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Особое внимание в российской высшей школе должно быть уделено развитию научных исследований и разработок, оказывающих решающее влияние на укрепление кадрового и технологического уровня народного хозяйства страны. Наряду с этим предстоит реализовать ряд мер, направленных на повышение требований к качеству профессионального образования, в частности: на пересмотр образовательных программ в области физического воспитания и спорта.

Необходимо создать современные базы обучения, обеспечить взаимосвязь со средними профессиональными учебными заведениями.

Коренное улучшение системы профессионального образования, повышение качества подготовки работников в тесной взаимосвязи с развитием физической культуры и спорта имеют определяющее значение для будущих специалистов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анищенко, В.С. Физическая культура / В.С. Анищенко. – М., 1999.
2. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К. Бальсевич. – М., 1988.
3. Бойко, В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко. – М., 1988.
4. Васильева, В.В. Проблемы повышения физической подготовки студентов / В.В. Васильева. – Воронеж, 1997.
5. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М., 1996.
6. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М., 2001.
7. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – М., 2004.
8. Поваренков, Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека / Ю.П. Поваренков. – М., 2002.
9. Пономарёв, Н.И. Социальные функции физической культуры / Н.И. Пономарёв. – М., 1986.
10. Рожков, П.А. Развитие физической культуры и спорта / П.А. Рожков. – М., 2002.
11. Самоцкина, Н.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности / Н.В. Самоцкина. – М., 2000.

Учебное издание

**ОРИЕНТИРОВОЧНАЯ СИСТЕМАТИЗАЦИЯ
СПЕЦИФИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЕЁ
ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СВЯЗЕЙ**

Методические разработки

Составитель

ГРУЗДЕВ Александр Николаевич

Редактор **И.В. Калистратова**

Инженер по компьютерному макетированию **Т.Ю. Зотова**

Подписано в печать 19.04.2011.

Формат 60 × 84/16. 0,93 усл. печ. л. Тираж 100 экз. Заказ № 170

Издательско-полиграфический центр ГОУ ВПО ТГТУ
392000, г. Тамбов, ул. Советская, д. 106, к. 14