

Уважаемые студенты!

В презентации представлен материал к 1 лекции.

Изучите его, сделайте конспект.

На последнем слайде задание (вопрос) по теме лекции, которое нужно выполнить в форме эссе. Выполните его и пришлите на проверку на адрес

rev@bti.secna.ru

Задание не обязательное, а только для желающих повысить себе рейтинг. Работы буду проверять на антиплагиат, поэтому пишите сами, а не списывайте с инета.

Более подробную информацию о занятиях сообщу при онлайн-встрече.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ЯВЛЕНИЕ ОБЩЕЙ КУЛЬТУРЫ. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Зачем студенту физическая культура?

Вопросы для обсуждения:

- 1. Физическая культура как явление культуры.
Роль физической культуры в
общекультурной и профессиональной
подготовке обучающихся.**
- 2. Основные понятия дисциплины.**

Литература:

- Лахтин, А.Ю. Физическая культура и спорт / А.Ю. Лахтин, Г.П. Старыгина, В.С. Старыгин. – Бийск: Изд-во Алт. гос. тех. ун-та, 2016.
- Физическая культура: учебное пособие для студентов высш. учеб. Заведений / Е.Л. Чеснова. - М.: Директ-Медиа, 2013. - URL:
http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=210945
- Чертов, Н.В. Физическая культура: учебное пособие - Ростов-н/Д.: Издательство Южного федерального университета, 2012. - URL:
<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>

*Физическое совершенство человека –
это не дар природы, а следствие
целенаправленного формирования его*

Н.Г. Чернышевский

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

Культура – исторически определенный уровень развития общества и человека, выраженный в конкретных типах и формах организации жизни и деятельности, а также создаваемых людьми материальных и духовных ценностях

Виды культуры:

- Материальная – это окружающая человека искусственная среда;
- Духовная культура – это часть культуры, которая связана с производством, распределением и потреблением духовных ценностей;
- Физическая – связана с телесным бытием людей, их физическим состоянием.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- **Физическая культура – часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека путем физического воспитания и физической подготовки**

ОПРЕДЕЛЕНИЯ

- **Физическое развитие** – процесс становления, изменения естественных свойств и функций организма в течение жизни человека под влияние естественных условий, а также целенаправленного использования специальных физических упражнений

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- **Физическое воспитание** – вид воспитательного процесса, заключающийся в обучении двигательным актам, развитии и совершенствовании физических качеств, овладении специальными физкультурными знаниями и формировании осознанной потребности в физкультурных занятиях.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- **Физическая подготовка** – процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- **Физическое совершенство** – исторически обусловленный идеал физического развития и физической подготовленности человека, оптимально соответствующий требованиям **ЖИЗНИ**

Социальные функции физической культуры



Компоненты физической культуры:



Средства ФК

Средство – это то, что применяется для достижения цели.
Средствами физического воспитания называют то, что используется в целях укрепления здоровья, всестороннего развития организма, физических способностей, двигательных навыков и передачи знаний, т.е. для решения задач физического воспитания

Основные средства физического воспитания

Физические
упражнения

Основное и специфическое средства физического воспитания

Несут характер сознательных двигательных действий

Оказывают системное воздействие на человека (совершенствуют физические и психические свойства, формируют личностные качества и т.д.)

Естественные силы
природы

Вспомогательные средства, создающие условия для эффективного влияния физических упражнений на занимающихся

Факторы личной и
общественной гигиены

Успешной организации и проведения занятий

Физическая культура личности - это способ бытия человека, его образ жизни

Зачем студенту физическая культура?