

Презентация на тему:

# Введение

Известно, что основными показателями состояния физической культуры в обществе являются, прежде всего, уровень здоровья и физического развития людей, а также степень использования физической культуры в сфере воспитания и образования, в производстве и в быту.



# Физическая культура

**Физическая культура** – часть общей культуры общества. Отражает способы физкультурной деятельности, результаты, условия, необходимые для культивирования, направленные на освоение, развитие и управление физическими и психическими способностями человека, укрепление его здоровья, повышение работоспособности.





# Физическое воспитание

**Физическое воспитание** – педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания.

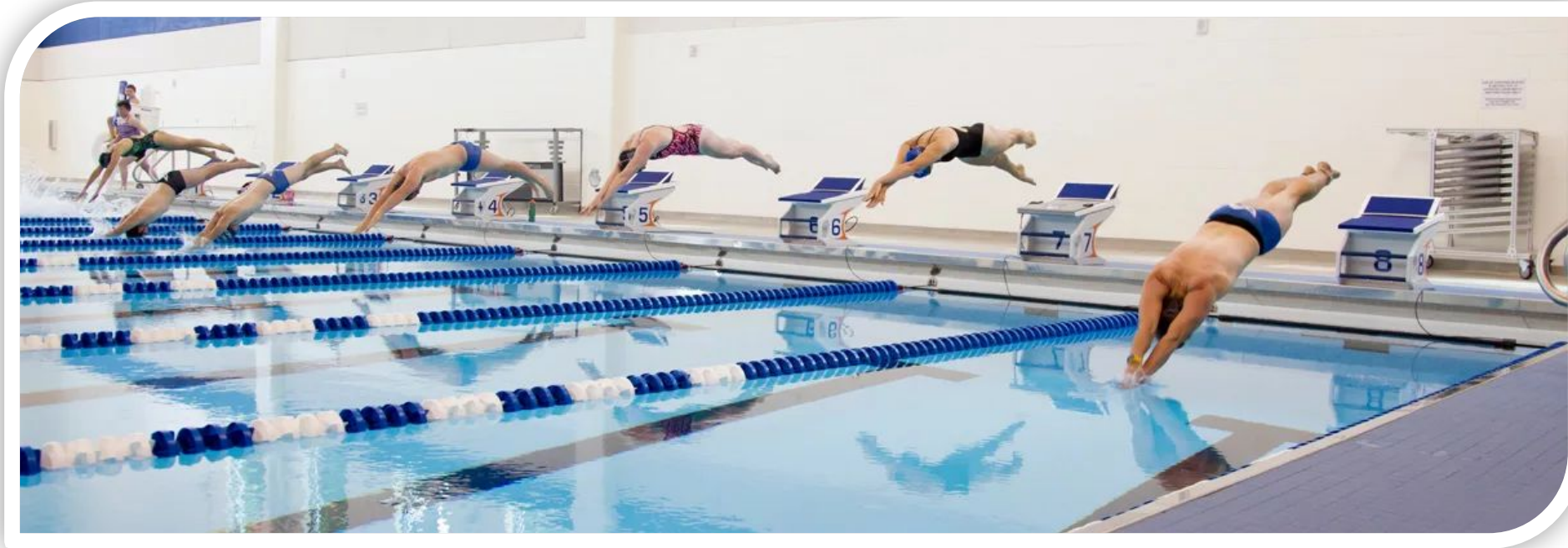


# Спорт



**Спорт** - вид человеческой деятельности в сфере физического воспитания, направленный на достижение максимальных результатов в избранном виде.

# Физическая рекреация



**Физическая рекреация** - осуществление активного отдыха людей с помощью физических упражнений, получение удовольствия от этого процесса.



# Физическая реабилитация

**Физическая реабилитация** - это использование с лечебной и профилактической целью физических упражнений и природных факторов в комплексном процессе восстановления здоровья, физического состояния и трудоспособности больных и инвалидов.



# Физическая подготовка

**Физическая подготовка** - это процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки. Она подразделяется на общую и специальную.





# Физическое развитие

**Физическое развитие** - динамический процесс роста (увеличение длины и массы тела, развитие органов и систем организма и так далее) и биологического созревания ребёнка в определённом периоде детства.



# Физические упражнения



**Физические упражнения** — элементарные движения, составленные из них двигательные действия и их комплексы, систематизированные в целях физического развития.

# Источники информации:

1) <http://fitnessvopros.com/kakie-byvayut-fizicheskie-uprazhneniya.html>

2) [https://ru.wikipedia.org/wiki/Физическое\\_развитие](https://ru.wikipedia.org/wiki/Физическое_развитие)

3) <https://studfiles.net/preview/5552141/page:3/>

4)

<https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/05/27/fizicheskaya-rekreatsiya-kak-sredstvo-povysheniya>

5) <http://zna4enie.ru/opredelenie/sport-opredelenie-ponjatija.html>

6) <http://zaharov46.ru/index.php/kgu/12->



Спасибо за внимание!