

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (ЕЕ ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ)

Урок-презентация

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

- Это часть общечеловеческой культуры, она представляет собой вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей.
- ФК - вид социальной практики, а это значит, что общество признаёт такую деятельность полезной и необходимой для всех, создаёт условия для её развития.

ПОКАЗАТЕЛИ СОСТОЯНИЯ ФК В ОБЩЕСТВЕ

- Совокупность материальных и духовных ценностей, созданных для физического совершенствования людей;
- уровень их здоровья и физического развития;
- степень использования физических упражнений в сфере воспитания

ЦЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Духовные

- Наука о физическом воспитании и спорте
- Сеть учебных заведений, готовящих кадры ФК.
- Произведения искусства, посвящённые ФК и спорту (живопись, скульптура, музыка, кино)
- Система управления в сфере ФК.

ЦЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Материальные:

- Стадионы, бассейны, спортивные залы, спортивная база учебных заведений
- Медицинские учреждения, занимающиеся проблемами физической культуры
- Учебные заведения , готовящие кадры ФК
- Научно-исследовательские институты
- Уровень здоровья и физического совершенства общества и каждого человека.

СПОРТ

Соревнование, сопоставление сил и физических способностей в борьбе за первенство или высокий спортивный результат



ФИЗКУЛЬТУРНИК



СПОРТСМЕН



ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

- Педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшение форм тела.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- *Рост, вес, ЖЗЛ*
- *Сила, гибкость, выносливость, быстрота, ловкость координация и др.*



■ Физическая

подготовка

-физическое воспитание, направленное на подготовку человека к определённому роду деятельности.

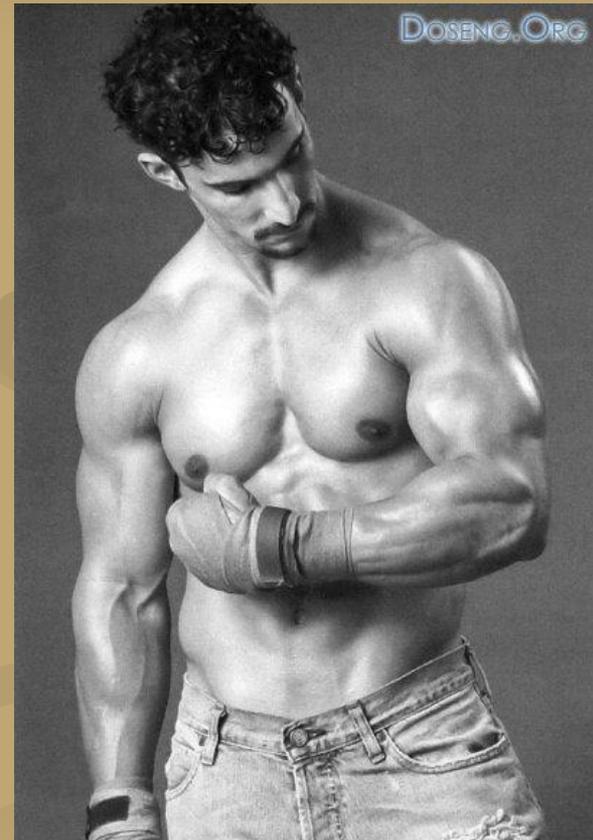
■ Физическая

подготовленность

-результат физической подготовки к определённому роду деятельности.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВО

Исторически обусловленный уровень здоровья и всестороннего развития физических способностей людей, соответствующий требованиям человеческой деятельности в условиях производства, военного дела и других сферах общественного труда, обеспечивающий на долгие годы высокую работоспособность человека.



ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- Двигательные действия, используемые для физического совершенствования человека

Применяются для этой цели специально.

Это могут быть простейшие движения, сложные двигательные действия, вовлекающие в работу всё тело человека и требующие дополнительного управления предметами.

Применяются также в профилактических и лечебных целях.

Физические упражнения (ФУ)

- В сочетании с мерами личной и общественной гигиены, рациональным режимом учёбы, работы, отдыха, сна, питания; использованием естественных факторов природы - солнечными и воздушными ваннами, обтиранием водой, купаниями и др. являются составляющими *здорового образа жизни и высокой работоспособности.*

Занятия физическими упражнениями

- Организованные коллективные занятия ФУ - важный фактор развития не только физических способностей, но и морально-волевых качеств. ФУ всегда связаны с проявлением воли и служат одним из основных средств её совершенствования.



ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ:

Сознательное и активное
отношение
к занятиям

Соблюдение порядка
выполнения упражнений
и правил поведения в коллективе

Участие в командных играх
и соревнованиях

Дисциплина
Организованность
Чувство
коллективизма
Чувство чести и
долга
Инициативность

ПРИ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ ВОСПИТЫВАЮТСЯ:



ПРОВЕРЬ СЕБЯ:

- Физическая культура это- часть общечеловеческой культуры, она представляет собой вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей.

ПРОВЕРЬ СЕБЯ:

- Физическое воспитание это- педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека, повышение уровня физических качеств, формирование и развитие двигательных навыков, улучшение форм тела.

ПРОВЕРЬ СЕБЯ:

- Физические упражнения это-
двигательные действия, используемые
для физического совершенствования
человека.

Литература:

- 1. Безюлева Г.В. Профессиональная компетентность: аспекты формирования. М.: МПСИ: ФИРО, 2015. 82с.
- 2. Региональная программа учебной дисциплины «Физическая культура» для образовательных учреждений, реализующих основные профессиональные образовательные программы по профессиям начального профессионального образования, 2016г.
- 3. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л. Физическая культура: Учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений. - М.: Мастерство, 2015. - 152с.