

УО «Гомельский государственный медицинский университет»
Кафедра физического воспитания и спорта

«ВИДЫ И РАЗНОВИДНОСТИ СПОРТА . СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ»

Подготовила :
Панкова Анастасия Алексеевна Л-105
Проверила :
Игнатушкин Роман Геннадьевич

Гомель , 2020

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ СПОРТА

Во всём мире существует всего лишь два вида спорта. Различаются они между собой в основном по целям и задачам, которые перед собой ставят, и теми, кто занимается тем или иным видом спорта.

- ▣ **Спорт высших достижений**
- ▣ **Спорт массовый**

МАССОВЫЙ СПОРТ

Массовым спортом занимался каждый человек хоть раз в жизни бесспорно. С его помощью люди во всём мире обретают возможность совершенствовать свои физические качества и двигательные возможности, укреплять здоровье и продлевать творческое долголетие. Задачи массового спорта во многом повторяют задачи физической культуры.

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

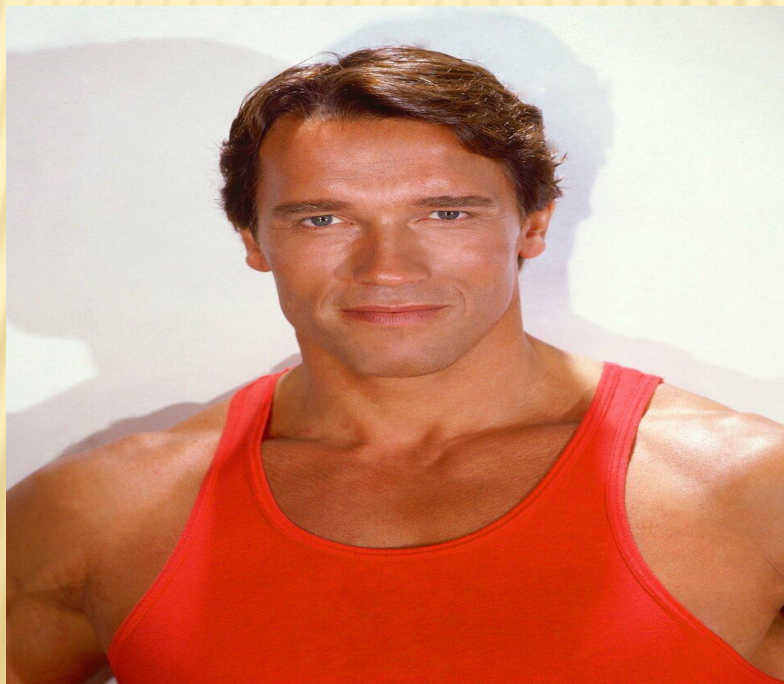
Спорт высших достижений связан со стремлением к достижению наиболее высоких результатов (мировые рекорды, победы на Олимпийских играх, Чемпионатах мира, Европы, России и т.д.).

Цель : достижение максимально возможных спортивных результатов или побед на крупнейших спортивных соревнованиях.

- Общественной ценностью большого спорта является то, что сегодня спорт высших достижений является пока единственной областью деятельности человека, где у выдающихся рекордсменов все системы организма функционируют в зоне абсолютных физиологических и психологических пределов организма.



- Для выполнения поставленной цели разрабатываются специальные системы упражнений, подготовки, при правильном выполнении которых возможны достижения максимальных результатов. Разработки производятся при помощи ведущих научно-исследовательских институтов. В начале девяностых годов были очень популярны книги и журналы, автором которых являлся А. Шварценеггер, в которых подробно были рассказаны системы тренировок легендарного атлета.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ О СПОРТЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ:

- Таким образом, спорт высших достижений позволяет на основе выявленных индивидуальных особенностей и возможностей человека в определённом виде спорта добиваться максимальных, рекордных результатов. «Этим спорт вооружает массовую практику физического воспитания наиболее эффективными средствами и методами физического совершенствования. Рекорды в международных, национальных и других видах соревнований создают моральный стимул для развития массового спорта и занятий физической культурой».

ВИДЫ СПОРТА ПО ХАРАКТЕРУ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНА:

- Лёгкая атлетика
- Тяжёлая атлетика, плавание, гребля, конькобежный и лыжный спорт; спортивные единоборства – бокс, борьба, фехтование; спортивные игры – футбол, хоккей, баскетбол и др.



- Также виды спорта можно классифицировать по преимущественно развиваемым у человека качествам: силе, скорости, выносливости, ловкости, сочетанию разных качеств. «Некоторые виды спорта имеют многовековую историю и развились из самобытных физических упражнений в трудовой и военной деятельности. К ним относятся бег, прыжки, метания, поднятие тяжестей, гребля, плавание и др. Часть видов спорта сформировалась и развилась сравнительно недавно: в середине XIX – начале XX веков»

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

- В связи с бурным развитием старых и появлением всё новых видов спорта для населения предоставляются всё более широкие горизонты и возможности для развития своего духа и тела .Состояние развития массового спорта и спорта высших достижений наглядно показывает, что уровень заболеваемости падает с возрастанием уровня развития физической культуры и спорта.

