

Когда и как возникли физическая культура и спорт 2 класс

Учитель физической
культуры
МБОУ «Средняя школа №2»
г. Десногорск
Николаева О.А

Цель:

Формирование представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.

Задачи:

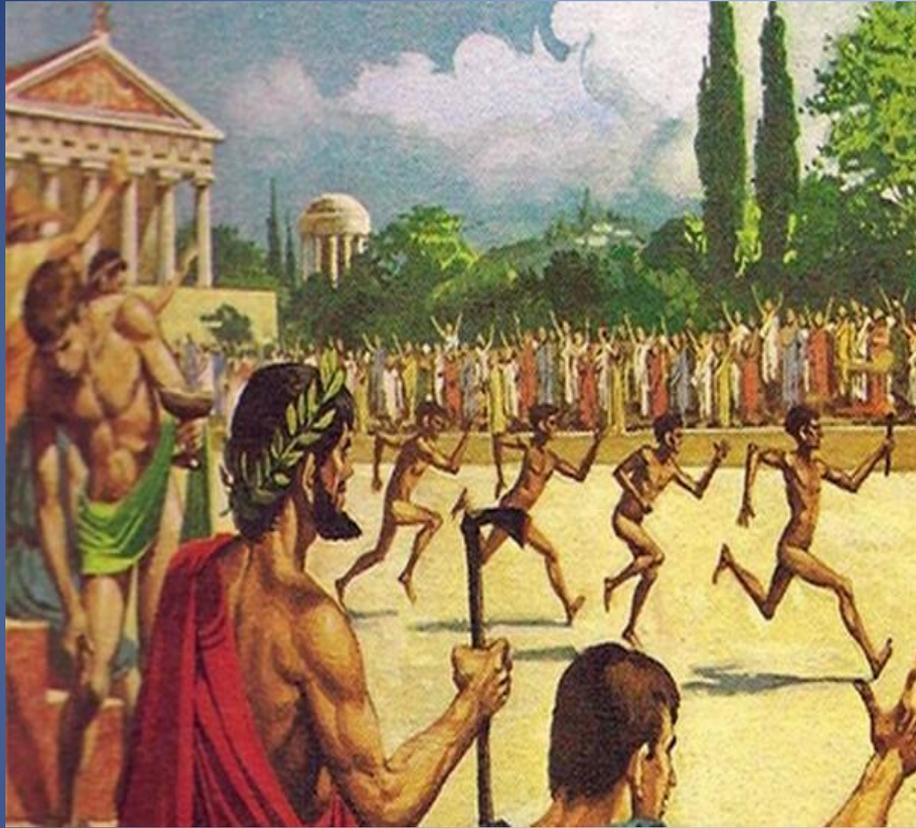
- познакомить обучающихся с историей Олимпийских игр древности;
- обучить умению организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.



Прошло много лет со времени появления людей. В свободное время люди не только отдыхали, но готовились сами и готовили своих детей к трудностям жизни, к защите от врагов. Этим целям начали служить различные виды **упражнений**.

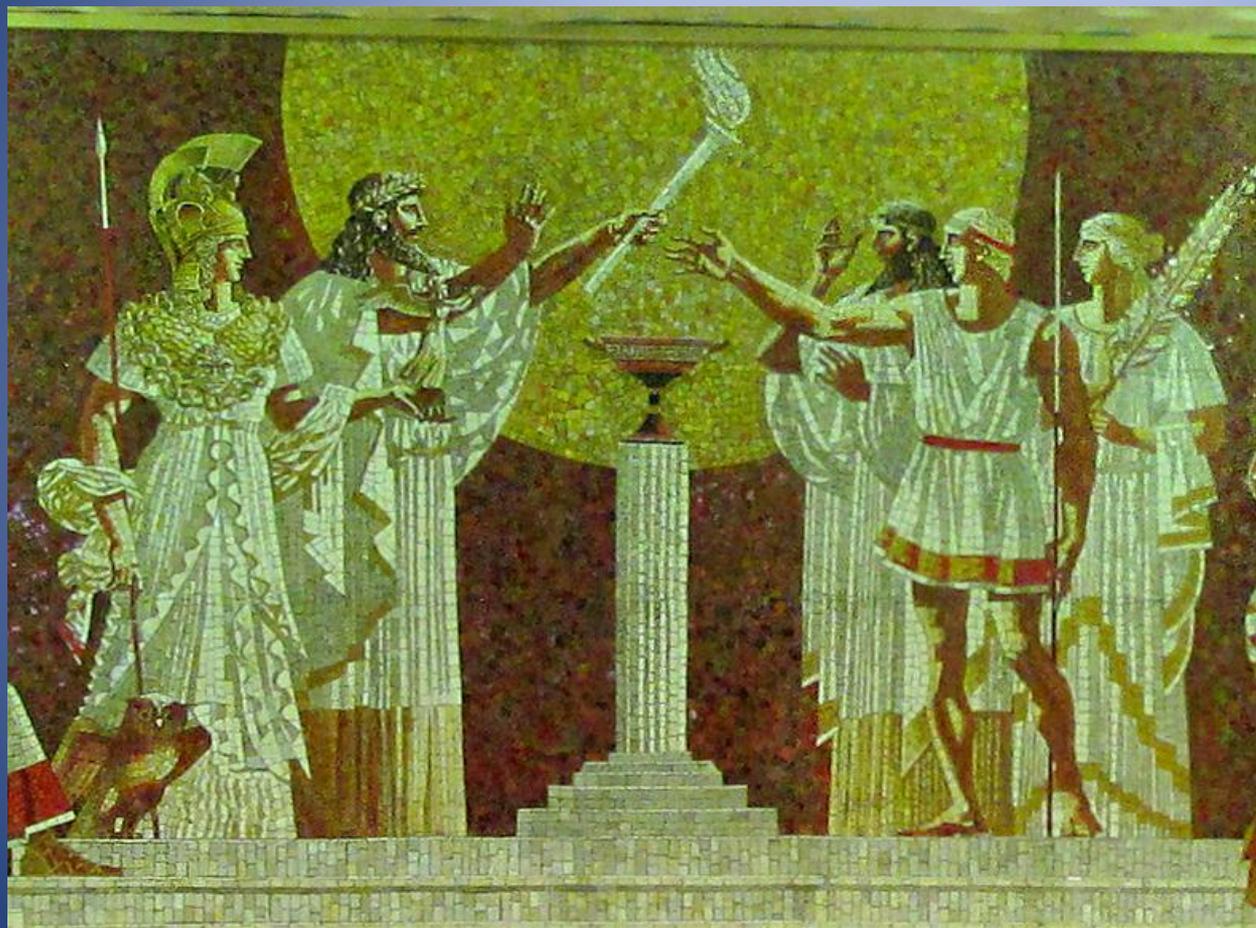


В древнегреческом городе Спарте юные граждане (7-20 лет) весь день находились в специальных школах. Там они занимались маршировкой, бегом, прыжками, борьбой, метанием копья и т. п.



В древнегреческом городе Олимпия устраивались состязания - Олимпийские игры. Они проводились один раз в четыре года. На Олимпийских играх сильнейшие греческие атлеты состязались в беге, прыжках, метании копья, диска, борьбе, кулачном бою, гонках на колесницах.

Олимпийский игры Древности



Перед состязаниям каждый атлет обязан был дать торжественную клятву соблюдать правила честной спортивной борьбы.



В каком виде соревнований участвуют эти атлеты?



На время Олимпийских игр прекращались войны. Множество людей стремились попасть на эти зрелища. Зрители сидели на холмах и криками подбадривали соревнующихся. На Олимпийские игры приезжали поэты и писатели. Там они читали свои произведения.



- Победителей встречал весь город. В городской стене делали пролом, куда на колеснице въезжал победитель.



Древние состязания породили особый вид деятельности – спорт. Он включает в себя тренировки и соревнования. Соревнования не только помогают определить чемпионов (победителей), но и выявляют физические возможности людей.