



ОСНОВЫ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Ст. преподаватель —
Кооль Мария Викторовна

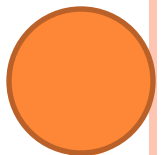
ЧЕЛОВЕК В СФЕРЕ КУЛЬТУРЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ТРЕХ АСПЕКТАХ:

- 1) познает («потребляет») культуру, зафиксированную в духовных и материальных ценностях, созданных предшествующим человеческим опытом;
- 2) действует в общественной среде как носитель определенных культурных ценностей;
- 3) создает новые культурные ценности, которые становятся базой для развития культуры последующих поколений.

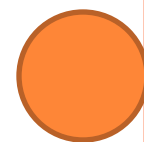


ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ ФК:

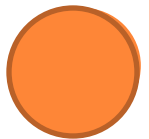
- Физическая культура
- Физическое развитие
- Физическое воспитание
- Физическая подготовка
- Физическая подготовленность
- Спорт



□ **Физическая культура** - составная часть совокупной культуры общества, как компонент социального образа жизни и процесс специфической деятельности, направленный на всестороннее гармоничное развитие человека, совершенствование социального общения и повышения эффективности общественно полезной деятельности, в первую очередь трудовой.

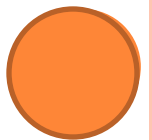


- **Физическая культура имеет четыре основные формы:**
- • физическое воспитание и физическая подготовка к конкретной деятельности (профессионально-прикладная физическая подготовка);
- • восстановление здоровья или утраченных сил средствами физической культуры — реабилитация;
- • занятия физическими упражнениями в целях отдыха — рекреация;
- • высшие достижения в области спорта.



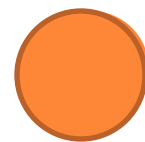
□ **Физическое развитие -**

закономерный процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств человеческого организма.



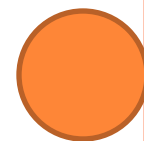
□ **Физическое воспитание –**

педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного подрастающего поколения.



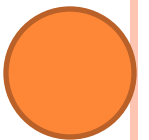
□ **Физическая подготовка -**

специализированный процесс
физического воспитания,
направленный на подготовку человека
к труду и защите Родины.




Физическая подготовленность

**результат физической подготовки,
достигнутой в овладении двигательными
навыками и в повышении уровня
работоспособности организма,
необходимых для освоения или
выполнения человеком определенного
вида деятельности.**



Спорт –

средство и метод укрепления здоровья и физического совершенствования людей, подготовки их к трудовой и общественной деятельности, развития волевых качеств, нравственного и эстетического воспитания, расширения интернациональных связей, культурного сотрудничества, укрепления мира и дружбы между народами.



Sport-History.ru



история спорта и физическая культура

ПЕРВОБЫТНООБЩИННЫЙ СТРОЙ

В основе лежал труд,
который носил
коллективный
характер.



РАБОВЛАДЕЛЬЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО

Физическая культура приобрела
классовый характер и
служила интересам
господствующего класса.



ФЕОДАЛЬНОЕ ОБЩЕСТВО

физическое воспитание
имело ярко выраженный
военный характер.



БУРЖУАЗНОЕ ОБЩЕСТВО

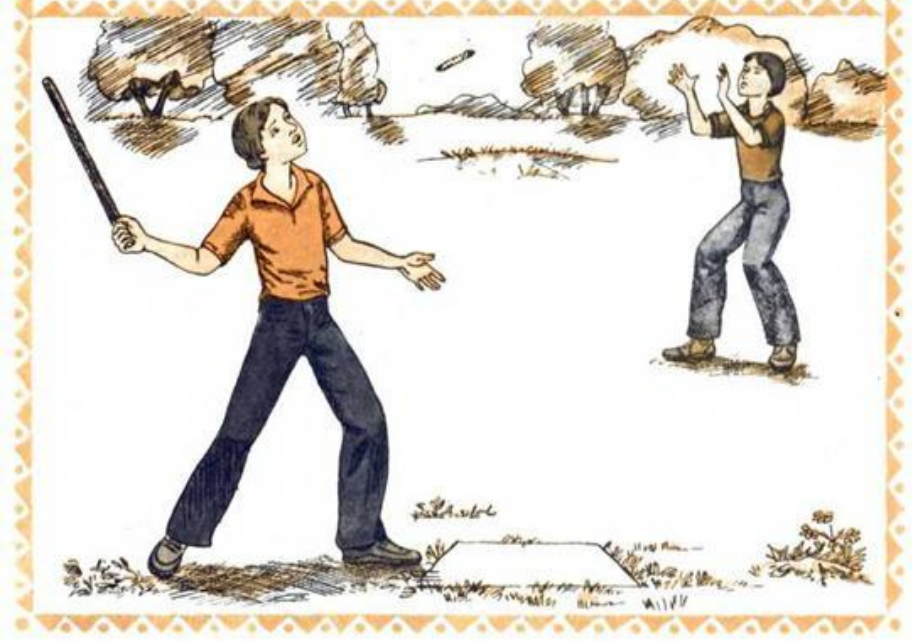
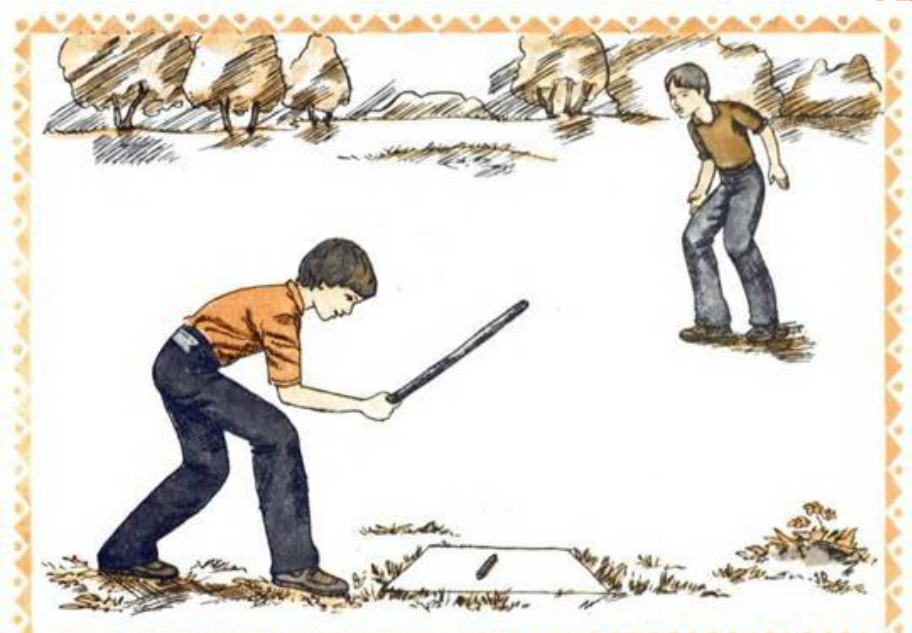
Создание новых, передовых для своего времени средств, форм и методов общего, а в том числе и физического воспитания.



РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У НАРОДОВ ДРЕВНЕЙ РУСИ

игры и физические упражнения
отражали производственную
деятельность (охоту,
земледелие, скотоводство,
рыболовство), военный и
семейный быт народа.



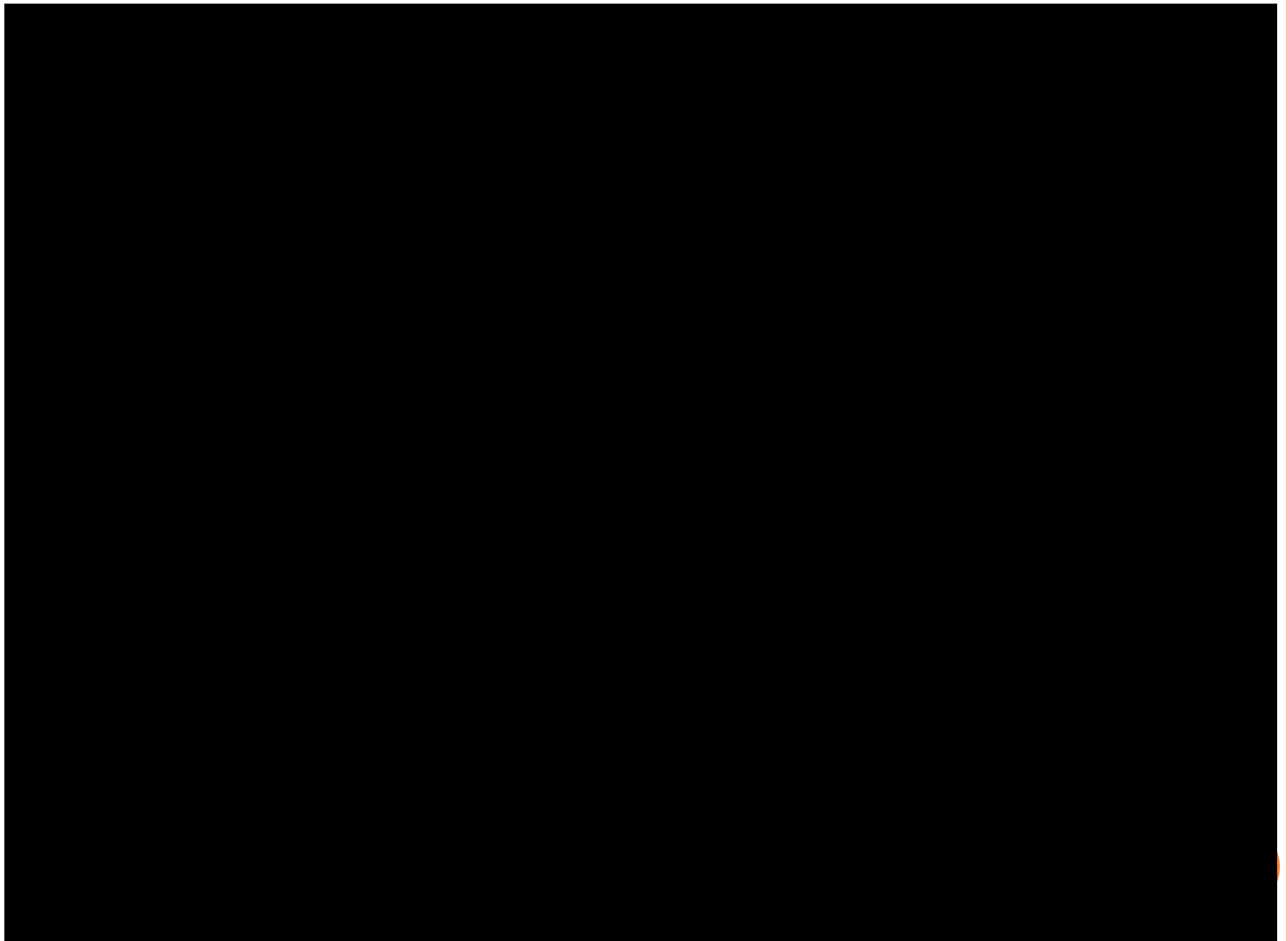


История Олимпийских Игр

Древние Олимпийские Игры

Современные Олимпийские
Игры



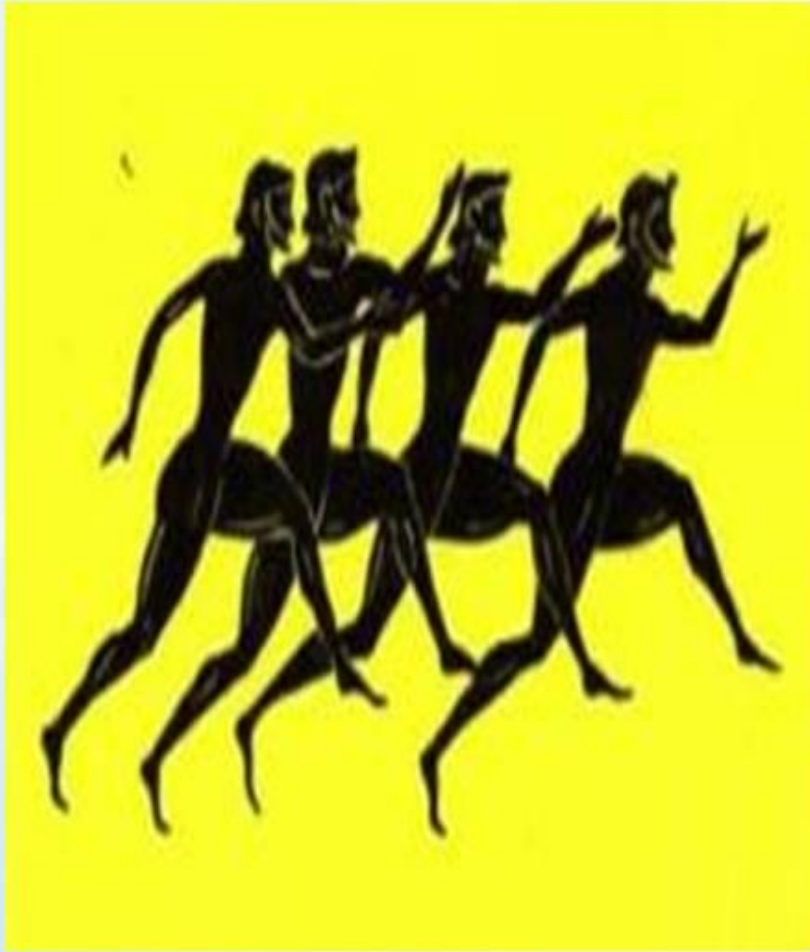


Древние Олимпийские Игры берут
начало в 776 году до н.э.

Первый победитель ОИ в истории
пекарь из Элиды - Корэб,
выиграл забег на 190 метров.



Состязания в беге



Стадиодром—бег
на один стадий

Диаулос - бег на 2
стадия

Долиходром—бег
на **выдержку**(на
выносливость от
7 до 24 стадий

В 146 г. до н.э. Древняя Греция была завоевана Римом и вошла в состав Римской империи.

В 394 г. н.э. римский император Феодосий I издал эдикт о запрещении проведения Олимпийских игр.



Предпосылки возрождения Олимпийских игр:

Во-первых, первые Олимпийские игры, за исключением средневековья, никогда не забывались.

Во-вторых, в этот период времени в разных странах уже складывались свои системы физического воспитания



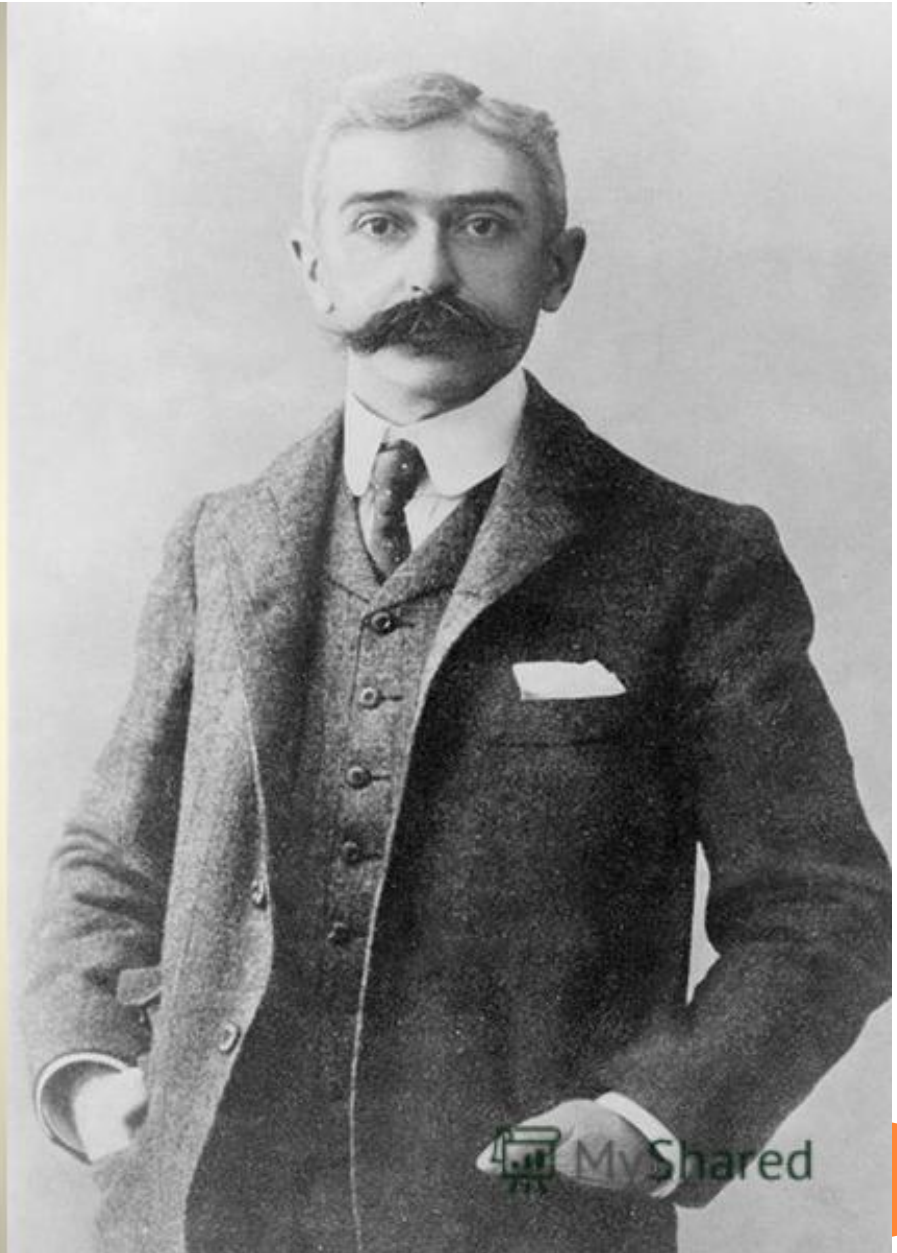
В-третьих, в 1860-1880 г.г. начинаются широкие спортивные контакты, появляются национальные и первые международные спортивные объединения.

В-четвертых, с выходом спорта на международную арену возникла необходимость проведения крупных комплексных соревнований .



**Пьер де Фредди, барон де
Кубертен
(1 января 1863 — 2
сентября 1937)**

Французский спортивный и общественный деятель, историк, педагог, литератор; барон. Инициатор организации современных Олимпийских игр (проводятся с 1896). Президент Международного олимпийского комитета (МОК, 1896—1916, 1919-25). После Олимпийских игр 1924 года в Париже, которые имели значительно больший успех чем Игры 1900 года, Кубертен оставил пост президента МОК. Новым главой комитета стал бельгиец Анри де Байе-Латур. Пьер де Кубертен оставался Почетным Президентом МОК до конца жизни.



Первые игры современности состоялись в Афинах, в апреле 1896г. на родине древних олимпийских .

На этой Олимпиаде участвовало 245 спортсменов из 14 стран.

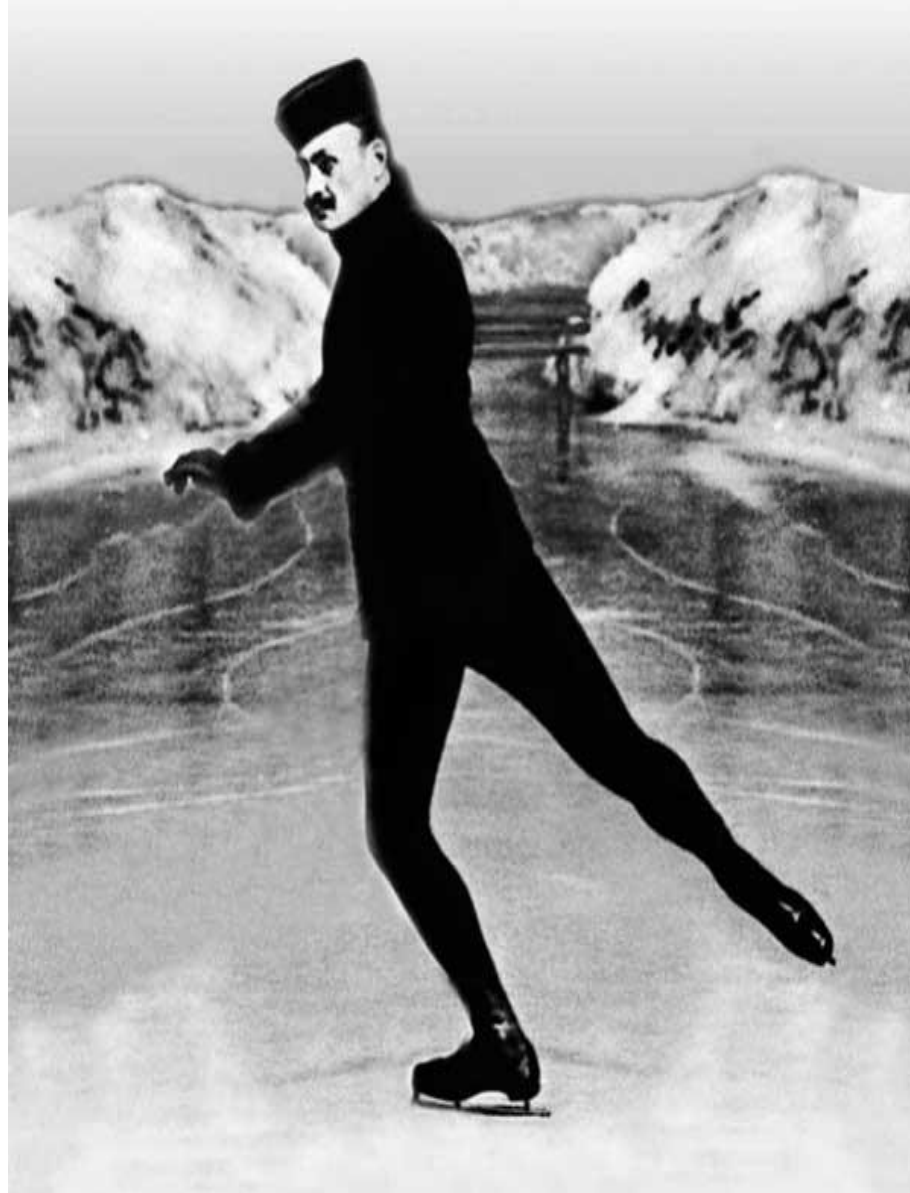
Соревнования проходили по 9 видам спорта: легкая атлетика, гимнастика, плавание, поднятию тяжестей, борьбе, стрельбе фехтованию, велосипедным гонкам, теннису.



Белые игры №1 состоялись в 1924 году в Шамони, предместье Франции



На Олимпийских играх 1908 года произошло важное событие: впервые российский спортсмен – фигурист Николай Коломенкин, выступавший под фамилией Панин, – завоевал олимпийское золото.



Спасибо за внимание.

