

«Что такое физическая культура?»»

Физическая культура – это занятия физическими упражнениями, закаливанием, спортом, туризмом для укрепления здоровья.

«Чему обучают на уроках физической культуры»

На уроках физической культуры учат выполнять физические упражнения.

Они взяты из разных видов спорта.

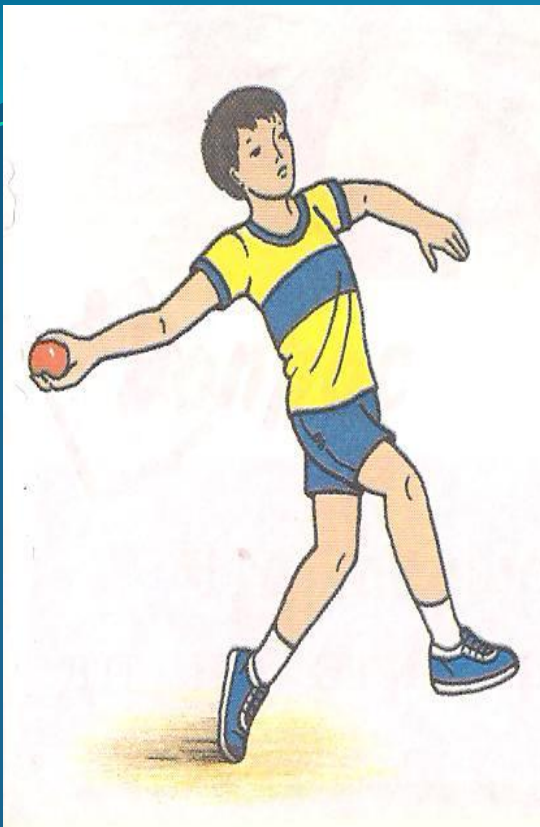


Гимнастика

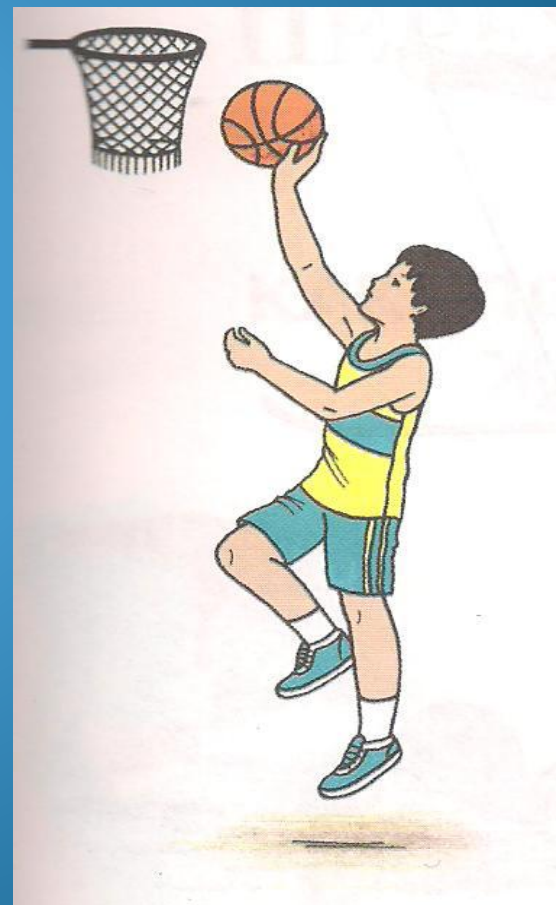


Легкая атлетика



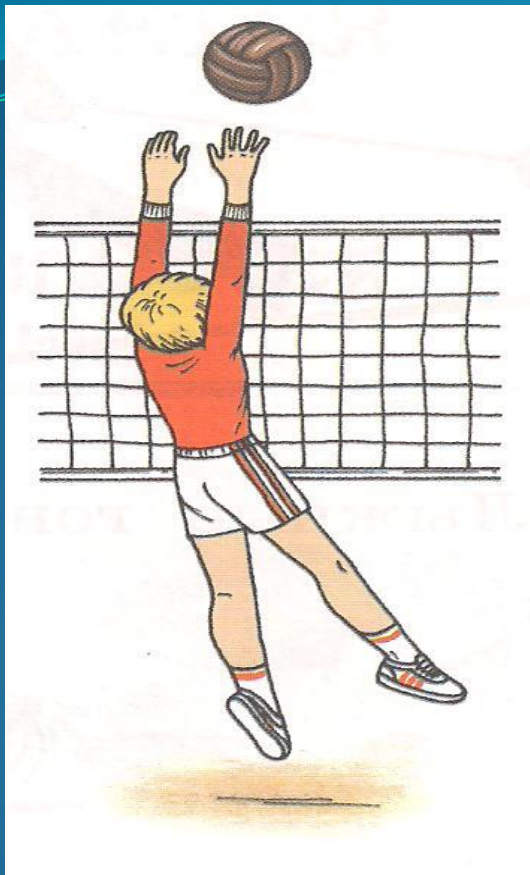


Метание мяча (легкая атлетика)



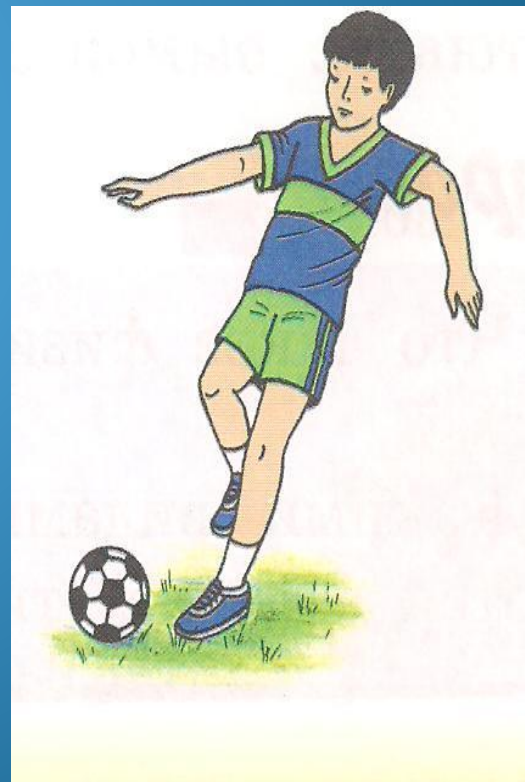
Баскетбол
(спортивная игра)

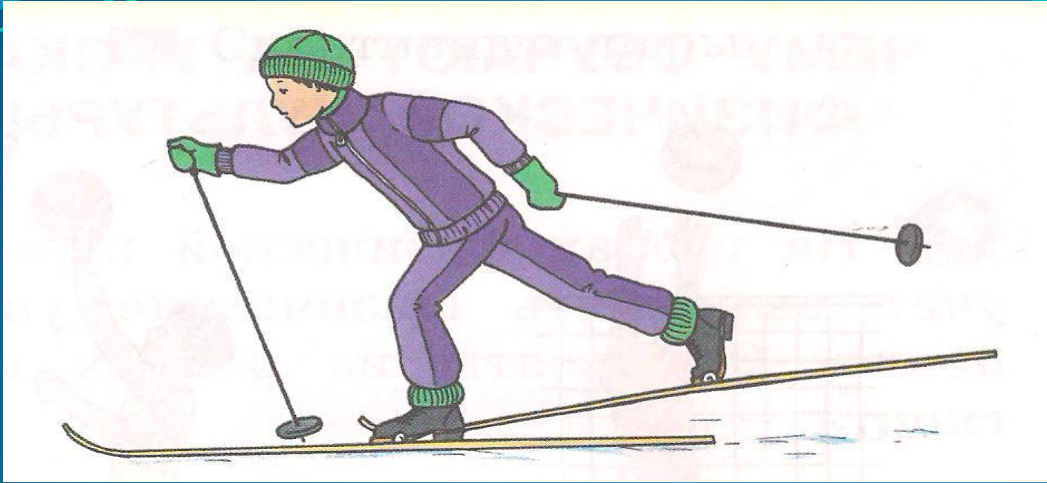




Волейбол
(спортивная игра)

Футбол
(спортивная игра)





Лыжные
гонки

Плавание



Наиболее популярные спортивные игры : Баскетбол

Баскетбол— спортивная командная игра с мячом. В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (всего в каждой команде по 12 человек, замены неограниченны).

Цель каждой команды — забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину. За мяч, заброшенный с ближней и средней дистанций, засчитывается два очка, с дальней (из-за трёхочковой линии) — три очка; штрафной бросок оценивается в одно очко.

Баскетбол — один из самых популярных видов спорта в мире.



Волейбол

Волейбол— вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку.

При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).



Футбол

Футбóл— командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.



**из каких видов спорта
взяли упражнения для
уроков физической
культуры, а еще
познакомился с
правилами некоторых
командных игр.**

**Всё запомнил?
Переходим к тесту.**