

# СЕМИНАР 1

## ПРИНЦИПЫ И ФУНКЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ

---

# 1. Принципы

Под принципами понимаются основополагающие идеи, исходные положения, с учетом которых организуется какая-либо деятельность.

## **Основные принципы физической рекреации:**

- **Принцип добровольности и свободы самовыражения.**
- **Принцип направленности на получение удовольствия.**
- **Принцип оздоровительной направленности.**
- **Принцип опоры на достижения в сфере физической культуры.**
- **Принцип учета особенностей профессиональной деятельности.**

# **Функции двигательной рекреации**

**Как вид физической культуры физическая рекреация реализует в обществе 3 группы функций (общекультурные, общеспортивные и специфические).**

## Общекультурные функции физической рекреации

возникают и проявляются в результате взаимодействия субъекта рекреационной деятельности с другими общественными явлениями, прежде всего с культурой.

Правомерность общефизкультурных функций обусловлена тем, что физическая рекреация, прежде всего, является видом физической культуры.

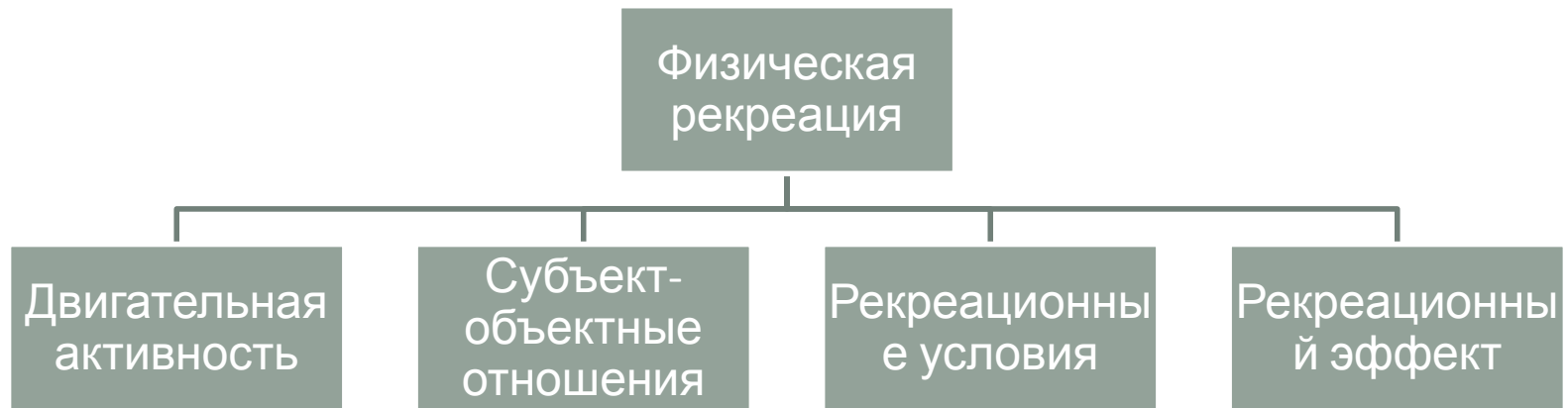
Общефизкультурные функции не должны выходить за рамки физической культуры!

## специфические функции физической рекреации.

Специфические функции физической рекреации придают ей своеобразие как социальному явлению, они обуславливают целенаправленность и позволяют отделить ее от других социальных феноменов.

Специфические функции – отличающие физическую рекреацию от других видов физической культуры.

# КАТЕГОРИИ физической рекреации



**Рис. 1. Система основных категорий физической рекреации (по Ю.Е.Рыжкину, 2003)**

Задание на семинар 1:

1. Выполнить задание,  
соответствующее вашему номеру в  
списке группы.

Ответ прикрепить сегодня !