

**ЗНАЧЕНИЕ, ЗАДАЧИ И  
МЕТОДИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К  
ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ  
УЧАЩИХСЯ В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ.  
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ  
ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ  
ТРЕБОВАНИЙ.**

Работу выполнила  
Лебедева Анастасия

# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

- часть воспитания, процесс решения специфических задач формирования физической культуры личности, который осуществляется в соответствии со всеми признаками педагогического процесса, а так же в порядке самовоспитания. Специфика физического воспитания состоит в обучении двигательным умениям, навыкам, совершенствовании двигательных способностей, оздоровлении занимающихся средствами физической культуры.

# ЗАДАЧИ:

- развитие основных двигательных качеств, умений и навыков;
- • обеспечение правильного физического развития, укрепление здоровья, закаливание, повышение работоспособности;
- • воспитание устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, спортом;
- • формирование взглядов и нравственных качеств, ведущих к пониманию значения физкультуры и пробуждающих стремление к здоровому образу жизни;
- • формирование знаний в области здоровья, гигиены, спорта.

# ВИДЫ ЗАДАЧ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

- Оздоровительные задачи;
- Образовательные задачи;
- Воспитательные задачи.

# МЕТОДИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

Важнейшими требованиями является:

- Всесторонность воздействия;
- соразмерность нагрузок и функциональных возможностей организма;
- особенности возрастного развития.

Основными принципами методических требований является:

- ◎ сознательность и активность;
- ◎ наглядность;
- ◎ доступность;
- ◎ систематичность;
- ◎ динамичность.

# ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИЧЕСКИХ ТРЕБОВАНИЙ

- Нервно-психический механизм и потенциал спортивной работоспособности учащихся.
- Влияние свойств нервной системы на успешность спортивной деятельности.
- Мотивация, личностные особенности и волевая готовность к спортивной деятельности и их влияние на работоспособность учащихся.

**Спасибо за внимание!**