

# Влияние занятий спортом на развитие моих личностных качеств.

Презентацию подготовил:  
Студент группы 1ПСО12  
Коновалов Денис

**Для меня главная цель занятий физической культуры**  
- это формирование всестороннему развитию и  
воспитанию личности, подготовка к социально-  
профессиональной деятельности, сохранение и  
укрепление моего здоровья



Человек как личность формируется в процессе общественной жизни: в учебе, труде, в общении с людьми. Физическая культура и спорт вносят свой вклад в формирование всесторонне развитой личности. Физическая культура направлена на развитие целостной личности, ее способности и готовности полноценно реализовать свои сущностные силы в здоровом и продуктивном стиле жизни, профессиональной деятельности, в построении необходимой социокультурной комфортной среды.



Физическая культура ребенка неразрывно связана с его общей культурой, поскольку присущие физически культурной личности свойства формируются и развиваются на основе тех же психофизических (природных) задатков и психофизических процессов, что и нравственная, эстетическая и другие виды культур человека. Поэтому, занимаясь физическими упражнениями, школьник не только развивает и совершенствует свои физические возможности, но и формирует другие качества личности — нравственные, эстетические, а также смелость, волю, инициативность и терпимость и т. п.



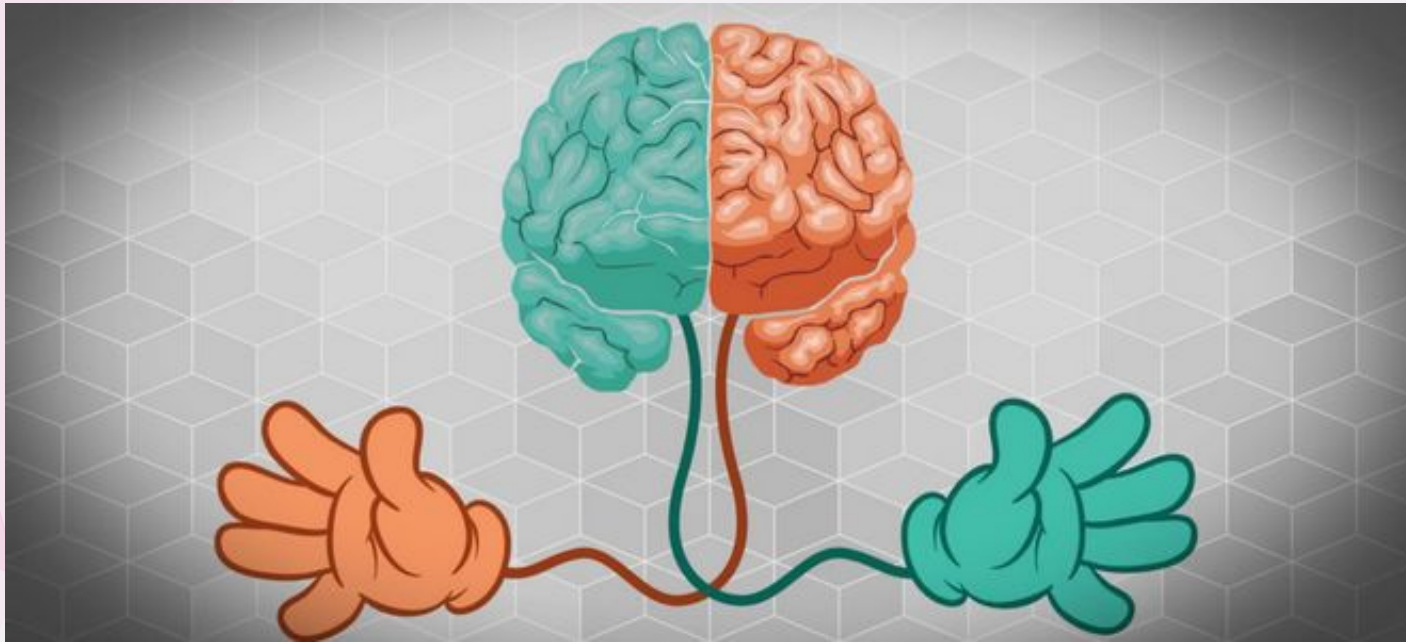
## **Нравственность:**

Совокупность правил поведения человека.  
Моральные свойства человека.





Он развивает у себя инициативу, самостоятельность, стремление к творчеству, формирует мировоззрение и воспитывает критическое отношение к собственным поступкам. Положительные свойства, приобретаемые человеком в результате физкультурной деятельности, формируют его как целостную личность, обладающую высоким уровнем общей культуры



Между работой центральной нервной системой (ЦНС) и работой опорно — двигательного аппарата человека существует тесная связь, поэтому физическая активность имеет значение для нормального течения психических процессов. Функции ЦНС зависят от активности мышц. Импульсы проприорецепторов сигнализируют мозгу о совершаемых движениях и нервные клетки повышают тонус коры головного мозга из-за чего возрастает функциональная способность.

Занимаясь физической культурой ребенок учится регулировать зрительные, осязательные, мышечно-двигательных действий и вестибулярные ощущения, и восприятие, еще развивается мышление, память, воля. От занятий спортом школьник испытывает удовлетворения, чувство радости. А также появляется агрессивность, жестокость и гордость, еще расслабление.

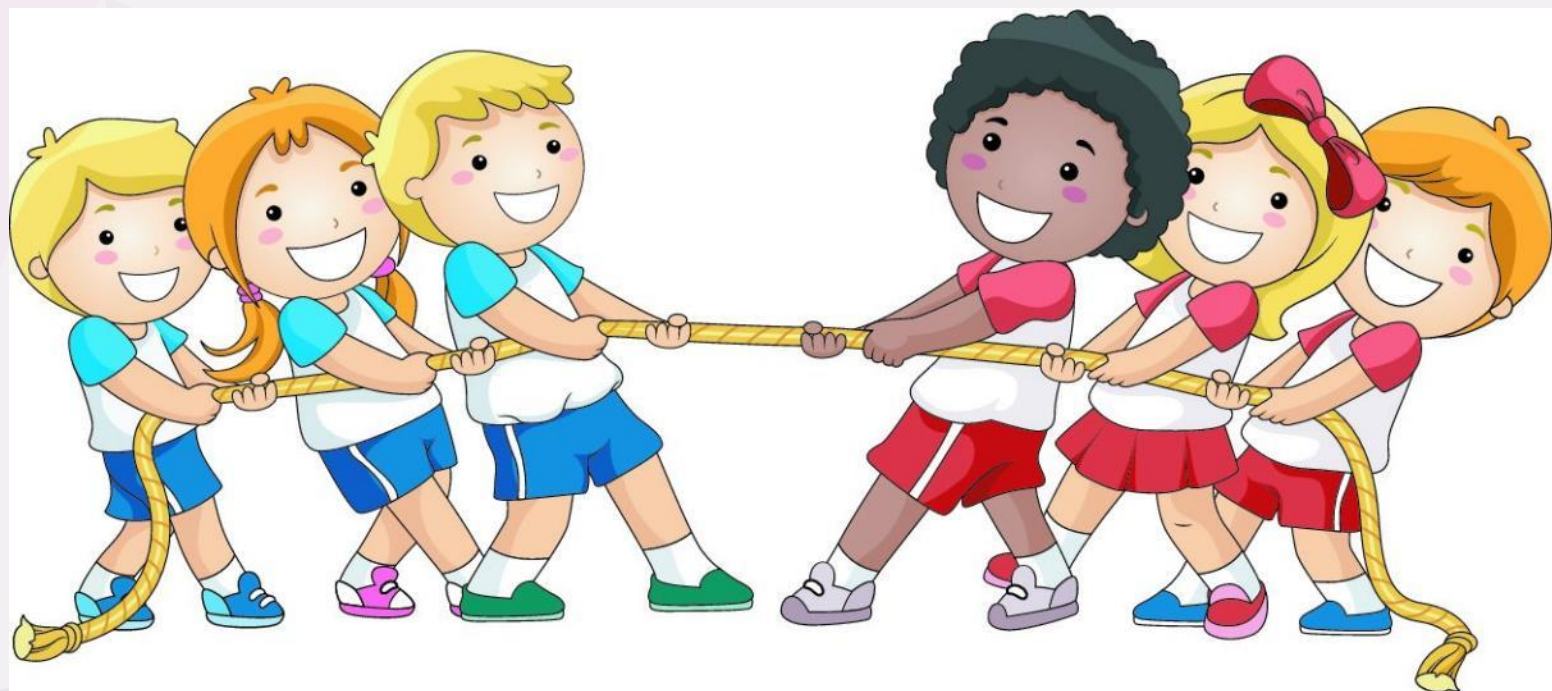




Дети занимающиеся спортом, в основном имеют цель в жизни, стараются достичь хороших результатов. Особенность физической культуры — формирование нравственной, морально-этнической качества личности.



Дети занимающиеся физической культурой, формируются волевые качества: целеустремленность, настойчивость, упорство, решительность, смелость, инициативность.



- ◆ Благодаря физической культурой у детей появляется смелость, быстрота, умение не сдаваться и сила.
- ◆ Таким образом, можно сказать, что физическая культура влияет на формирование личности человека. Физическая культура развивает и формирует самоуверенность, целеустремленность, силу, смелость, упорство, настойчивость и другие

Занимайтесь физкультурой !  
Спасибо за внимание!!

