

«Новосибирский государственный медицинский университет»  
ФГБОУ ВО НГМУ Минздрава России

Презентацию  
подготовили  
Мухамеджанов И.А  
Сокол М.И

# Принципы физического воспитания условия здорового образа жизни

*Физическое  
развитие* – это  
биологический  
процесс изменения  
форм и функций  
организма человека.

*Физическое воспитание* – педагогический процесс, направленный на совершенствование форм и функций организма человека, развитие физических качеств, способностей, формирование двигательных навыков и умений, специальных знаний в области физической культуры и спорта.

*Физическая культура* – Это часть общей культуры, совокупность достижений общества (материальных и духовных), которые накоплены, создаются и используются для физического совершенствования людей.

## *Основные принципы физического воспитания :*

1. Принцип развивающего обучения.
2. Принцип воспитывающего обучения.
3. Принцип всесторонности.
4. Принцип систематичности.
5. Принцип сознательности и активности .
6. Принцип индивидуального подхода.

Гармоническое развитие предусматривает разностороннее физическое воспитание. Отсюда одной из главных задач является задача охраны и укрепления здоровья.

*Задачи физического воспитания*

Оздоровительные задачи

Образовательные задачи

Воспитательные задачи



*Основными  
средствами  
физического  
воспитания являются:*

# 1. Гигиенические факторы

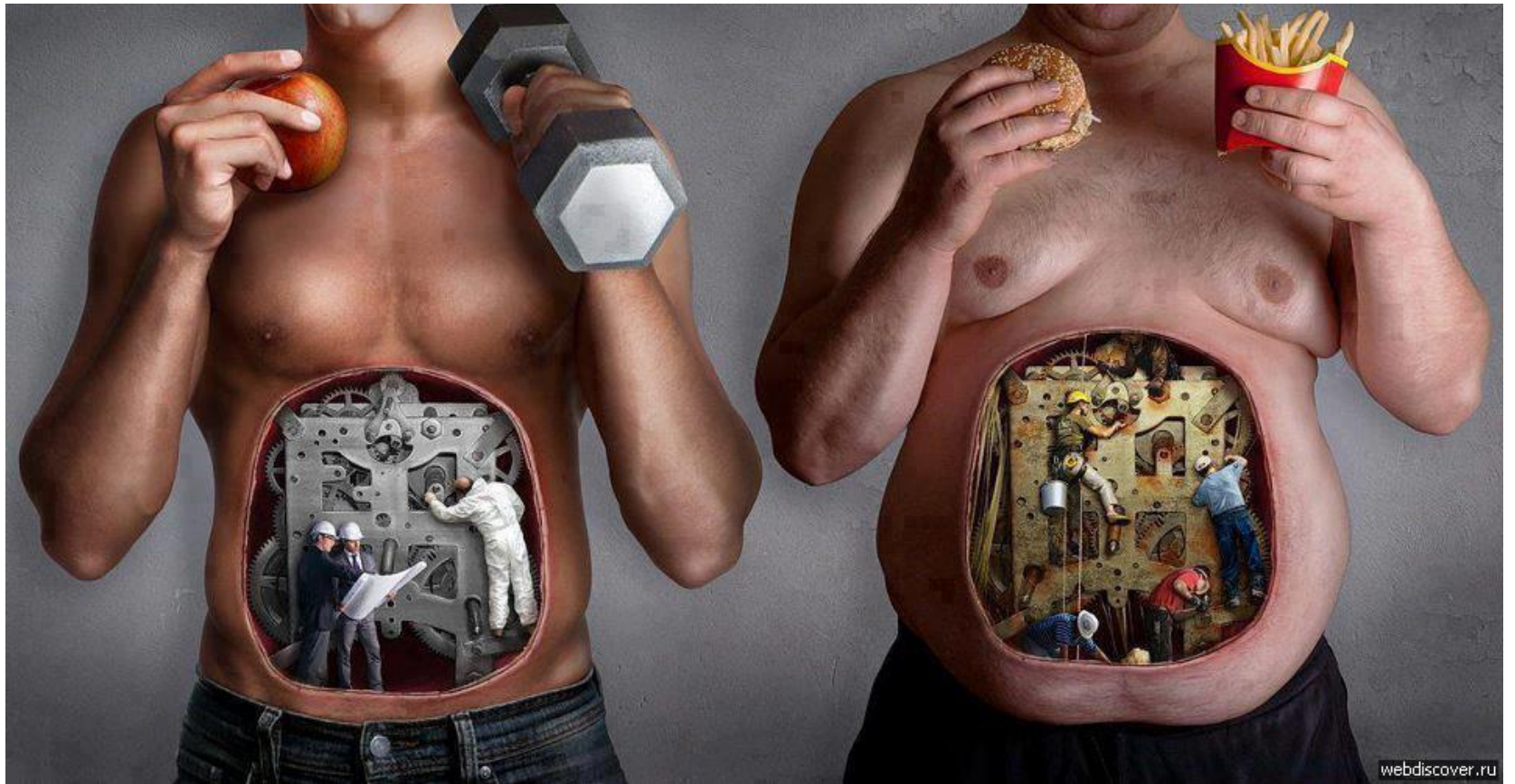


## 2. Естественные силы природы



# 3. Физические упражнения





# **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ-**

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

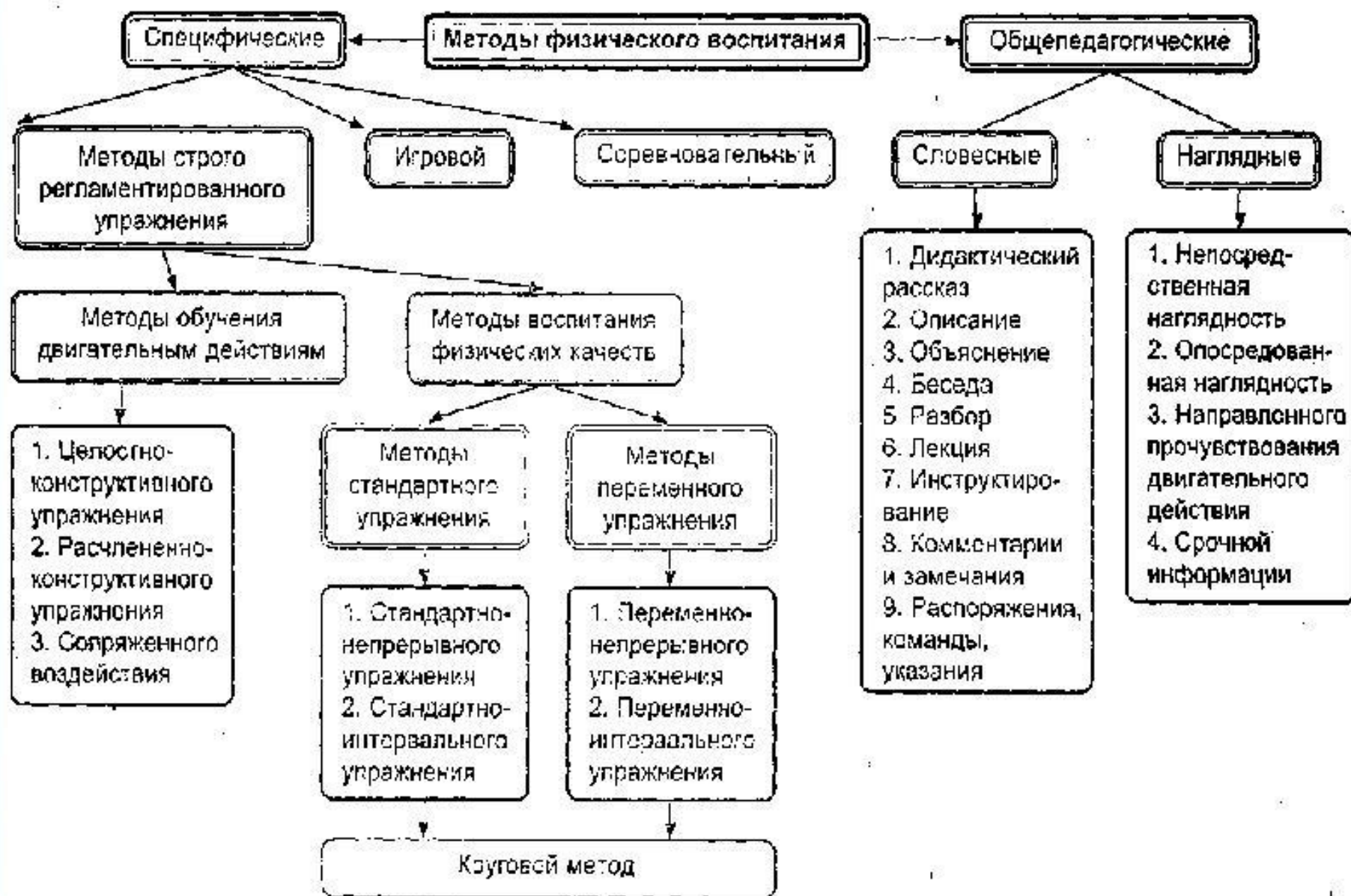


**Физическое образование-**  
процесс формирования у  
человека двигательных  
умений и навыков, а  
также передачи  
физкультурных знаний.



**Воспитание  
физических качеств-**  
целенаправленное  
воздействие на  
развитие физических  
качеств человека  
посредством  
нормированных  
функциональных  
нагрузок

# Методы физического воспитания



# Содержание образовательной области "Физическая культура"

- направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании









**ЛЫЖНЫЙ СПОРТ**

**Спасибо**

**за**

**ВНИМАНИЕ!!!**