

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

ТЕМА: «ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ И ПОНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ»

ПОДГОТОВИЛА: СТУДЕНТКА ГРУППЫ Д-109
ЗАВИЖЕНЕЦ АЛЁНА ВИТАЛЬЕВНА
ПРОВЕРИЛ ПРЕПОДАВАТЕЛЬ:
ИГНАТУШКИН Р.Г.

Гомель **2020**

К ОСНОВНЫМ ПОНЯТИЯМ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОТНОСЯТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ:

«Спорт»

«Физическое образование»

«Физическая культура»

«Физическое развитие»

«Физическое совершенство»

«Физическая подготовка»

«Физическое воспитание»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Физическая культура - это часть общей культуры личности и общества, представляющая собой совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей (Б.А. Ашмарин, 1999).

```
graph TD; A[Физическая культура] --- B[Рекреативная физическая культура]; A --- C[Лечебная физическая культура]; A --- D[Адаптивная физическая культура];
```

Рекреативная
физическая
культура

Лечебная
физическая
культура

Адаптивная
физическая
культура

СПОРТ

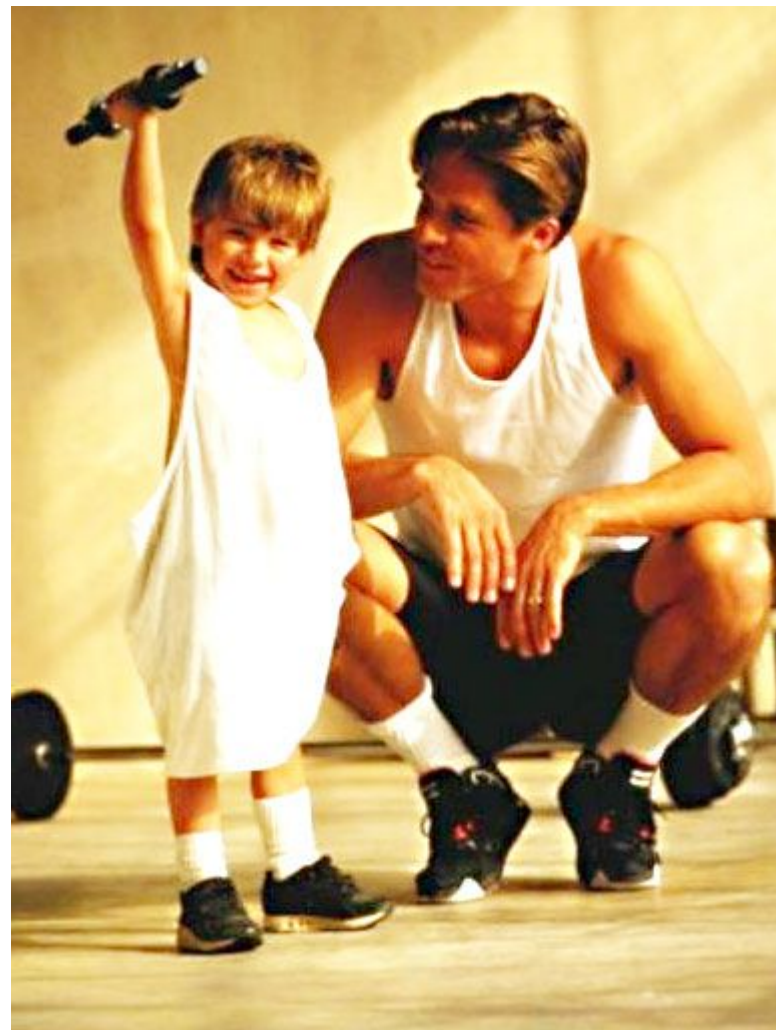
Спорт – часть физической культуры, сложившийся в форме специальной практики подготовки человека к соревнованиям и соревновательной деятельности с целью достижения наивысших результатов.



ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Физическое воспитание –

это вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, развитие двигательных способностей, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях.



ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

– понимается как процесс и результат изменения биологических форм и функций организма человека, обусловленный влиянием наследственности, факторами внешней среды и уровнем двигательной активности.



Дина Аверина

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВО

– это исторически обусловленный идеал всесторонне физически развитого и подготовленного человека, оптимально приспособленного к требованиям жизни.



ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВО

Показателями являются:

- 1.** крепкое здоровье
- 2.** достаточно высокая общая физическая работоспособность
- 3.** пропорционально развитое телосложение, правильная осанка, отсутствие тех или иных аномалий и диспропорций
- 4.** всесторонне и гармонически развитые двигательные способности
- 5.** владение рациональной техникой основных жизненно важных движений
- 6.** физкультурная грамотность

ФИЗИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

– составная часть физического воспитания,
представляющая собой педагогический процесс,
направленный на формирование у человека двигательных
умений и навыков, а также овладение физкультурными
знаниями.



ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

– процесс, направленный на развитие физических, способностей, двигательных умений и навыков, необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности человека.

- Привычная
 - удовлетворение естественных потребностей человека
 - учебную и производственную деятельность.
- Специальная
 - Организованная мышечная деятельность

