

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

Рекреативная  
физическая  
культура

Лечебная  
физическая  
культура

Адаптивная  
физическая  
культура

# СПОРТ

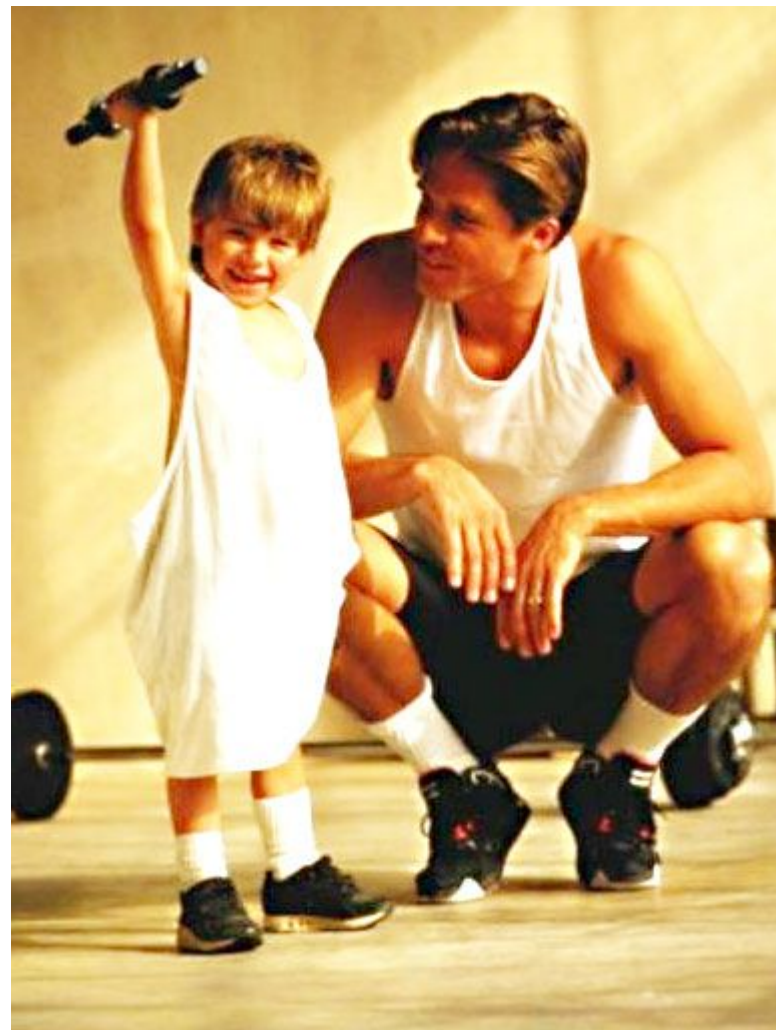
Спорт – часть физической культуры, сложившийся в форме специальной практики подготовки человека к соревнованиям и соревновательной деятельности с целью достижения наивысших результатов.



# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

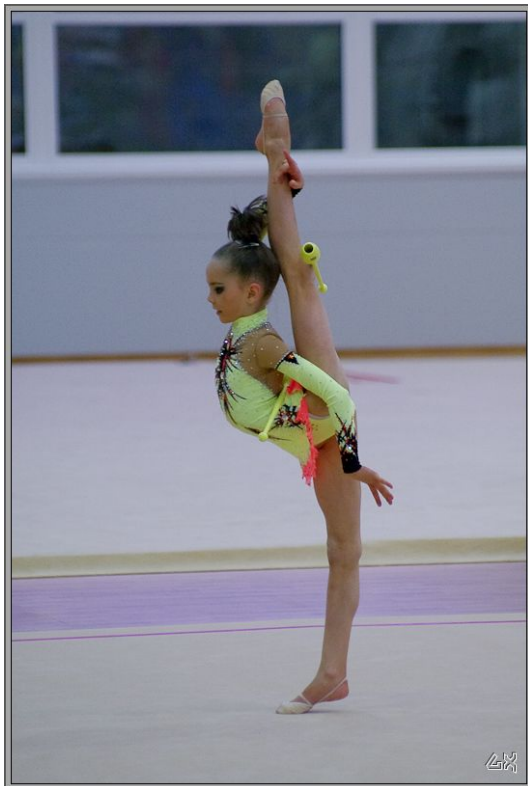
Физическое воспитание –

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

