

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Тема 1.5 Основные направления и формы построения
занятий в физическом воспитании

Семинарское занятие №4 (2 часа)



Вопросы для изучения

1. Базовое направление физического воспитания.
2. Спортивное направление физического воспитания.
3. Профессионально-прикладное направление физического воспитания.
4. Гигиеническое направление физического воспитания.
5. Оздоровительно-рекреативное направление физического воспитания.
6. Лечебно-реабилитационное направление физического воспитания.
7. Урочные формы занятий. Отличительные черты урочных форм занятий.
Типы урочных занятий в зависимости от решаемых задач.
8. Неурочные формы занятий. Отличительные черты занятий неурочного типа.

Содержание материала

Направления физического воспитания

Базовое направление ФВ



Школьное образование в области ФК и достижение базового уровня всестороннего развития жизненно важных физических способностей

Спортивное направление ФВ



Углубленное совершенствование двигательных умений, навыков и способностей, необходимых для достижения высоких результатов в избранном виде спортивной деятельности

Профессионально-прикладное направление ФВ



Углубленное совершенствование двигательных умений, навыков и способностей, необходимых для достижения высоких результатов в избранном виде профессиональной деятельности

Гигиеническое направление ФВ



Применение средств ФК с целью восстановления работоспособности и укрепления здоровья в трудовой и бытовой жизнедеятельности.

Оздоровительно-рекреационное направление ФВ



Применение средств ФК для активного отдыха и развлечения с целью получения удовольствия, восстановление умственных и физических сил.

Лечебно-реабилитационное направление ФВ



Широкое применение средств и методов ФК и на основе этого достижение высокой степени социализации личности больного человека, его адаптации к труду, быту, достижения высокого уровня самореализации

Содержание материала

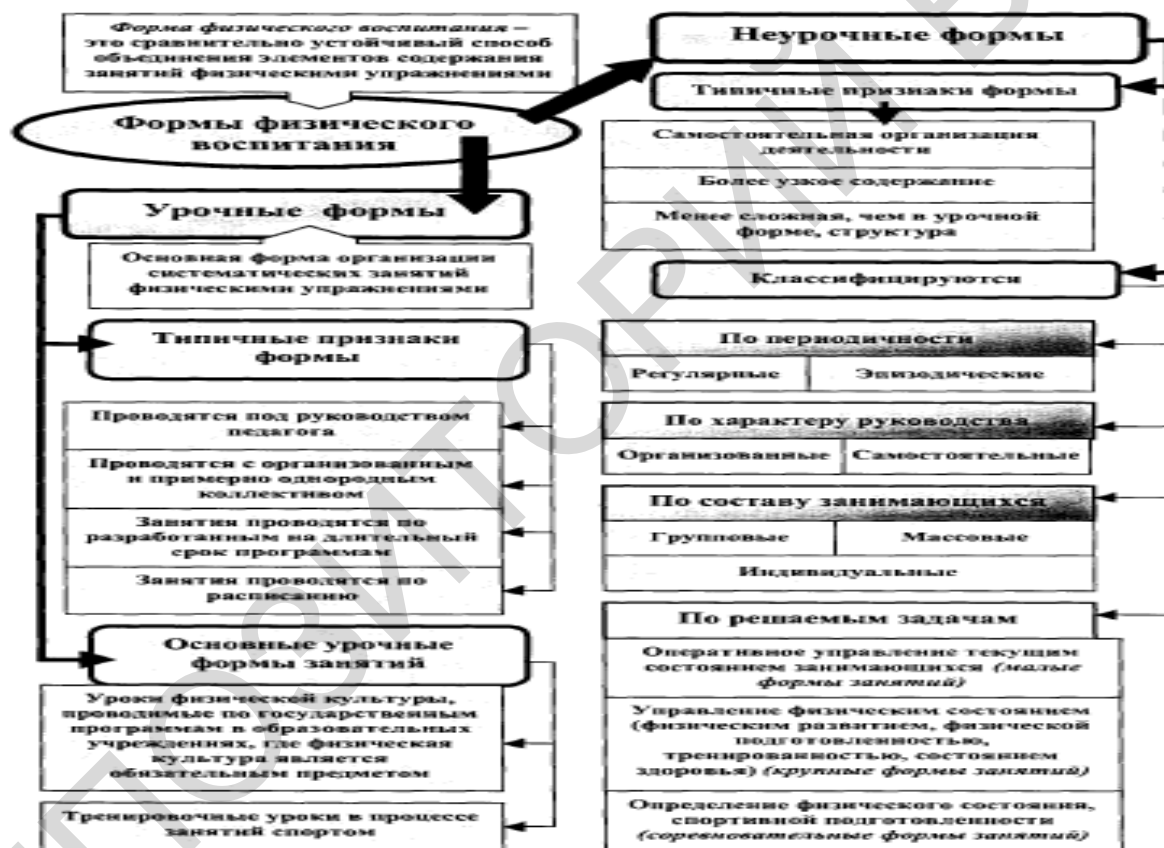


Рис. 75. Общая характеристика форм занятий физическими упражнениями

Литература

Основная

1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2008. – 480 с.
2. Чермит, К.Д. Теория и методика физической культуры. Опорные схемы: учеб. пособие/ К.Д. Чермит – М: Советский спорт, 2005. – 270 с.