

# 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 получение 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

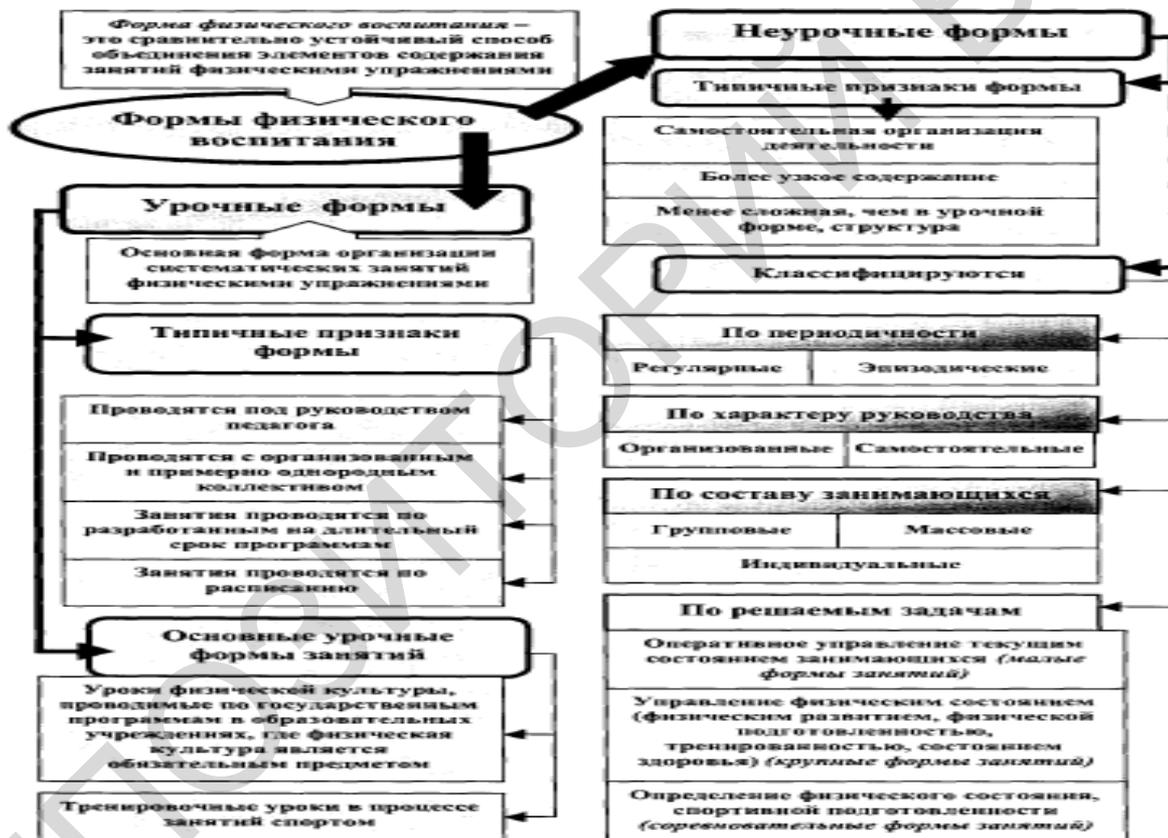


Рис. 75. Общая характеристика форм занятий физическими упражнениями

# 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.