

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/111984>

Тип работы: Реферат

Предмет: Физическая культура и спорт

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

1. Сущность физического воспитания 4

2. Понятие о средствах физического воспитания 10

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 14

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ 15

может быть удовлетворен в процессе физического воспитания. Знаменитый французский врач XVII века Тисо утверждал, что "движения в своих действиях могут заменить любое лекарство, но все лекарства в мире не могут заменить действия движения". В дошкольном возрасте двигательная активность ребенка является одним из стимулов для развития всех функций организма, повышения резервных возможностей его физиологических систем.

Несмотря на быстрый рост и развитие, органы и системы дошкольника находятся на стадии становления и развития, а защитные силы организма тем слабее, чем меньше ребенок. Это требует постоянного внимания к своевременному развитию костной системы и всего опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, а также правильного развития нервной и сердечно-сосудистой систем, органов дыхания. Хорошо организованная двигательная активность педагога является необходимым условием совершенствования функций всех систем, ведь, по мнению российского гигиениста и педагога Лидии Чулицкой, движения являются основой для развития ребенка.

Таким образом, физическое воспитание способствует полноценному физическому развитию ребенка, повышению уровня функциональных и адаптационных возможностей организма.

2. Понятие о средствах физического воспитания

Для решения задач физического воспитания используются самые разнообразные средства и методы. Предметом рассмотрения и изучения на сегодняшней лекции станут актуальные средства физического воспитания. Инструмент - это устройство или действие, которое позволяет реализовать или достичь чего-то, созданного человеком для определенной цели.

Знание средств физического воспитания позволит учителю выбрать наиболее эффективные из них и разработать новые в соответствии с конкретными педагогическими задачами.

К числу средств физического воспитания относятся физические упражнения, природные факторы окружающей среды (оздоровительные силы природы) и гигиенические факторы.

Основным средством решения задач физического воспитания и достижения его цели является двигательная активность человека (физические упражнения, народные игры и забавы, военные, бытовые и профессиональные действия (если они выполняются по соответствующей программе), вспомогательными средствами являются целебные силы природы (солнце, воздух, вода, земля) и гигиенические факторы (распорядок дня и питания, соблюдение правил личной и общественной гигиены).

Наибольшая эффективность физического воспитания может быть достигнута, если средства будут использоваться комплексно.

Теперь мы более подробно остановимся на главном средстве физического воспитания - физических упражнениях. Давайте определим это понятие и ответим на вопрос: «почему физические упражнения являются главным средством физического воспитания?»

Физические упражнения - это основное и специфическое средство физической активности, особый вид

двигательной активности, посредством

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Атаманов В.Д. Гуманизация учебного процесса физического воспитания / В.Д. Атаманов, Ю. К. Вдовиченко, Е.А. Иванько // Материалы научно-методической конференции. – Донецк: ИПИИ, 2015. – 74 с.
2. Вильчковский Е. С. Теория и методика физического воспитания: Учеб.пособ. / Е. С. Вильчковский, В. И. Курок. – Сумы: ВТД «Университетская книга», 2014. – 428 с.
3. Денисенко Н. Ф. Управления системой физического воспитания детей в дошкольных учебных заведениях / Н.Ф. Денисенко. – М.: Липс, 2017. – 308 с.
4. Евсеев Ю.И. Физическая культура. Серия «Учебники, учебные пособия» / Ю.И. Евсеев, А.Г. Трушкин. – Ростов н /Д: Феникс, 2016. – 384 с.
5. Кенемана А. В. Теория и методика физического воспитания детей / А. В. Кенемана, Д. В. Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 2018. – 256 с.
6. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания: учеб. для студ. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2014. – 366 с.
7. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания: учебн. для студ. физ. культуры / Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – 256 с.
8. Физическое воспитание детей / Сост. Ю. Ф. Луури. – М.: Просвещение, 2012. – 61 с.
9. Щебеко В.М. Физическое воспитание дошкольников. Практикум / В.М. Щебеко, М.М. Ермак, В.А. Шишкина. – М.: Академия, 2014. – 160 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/111984>