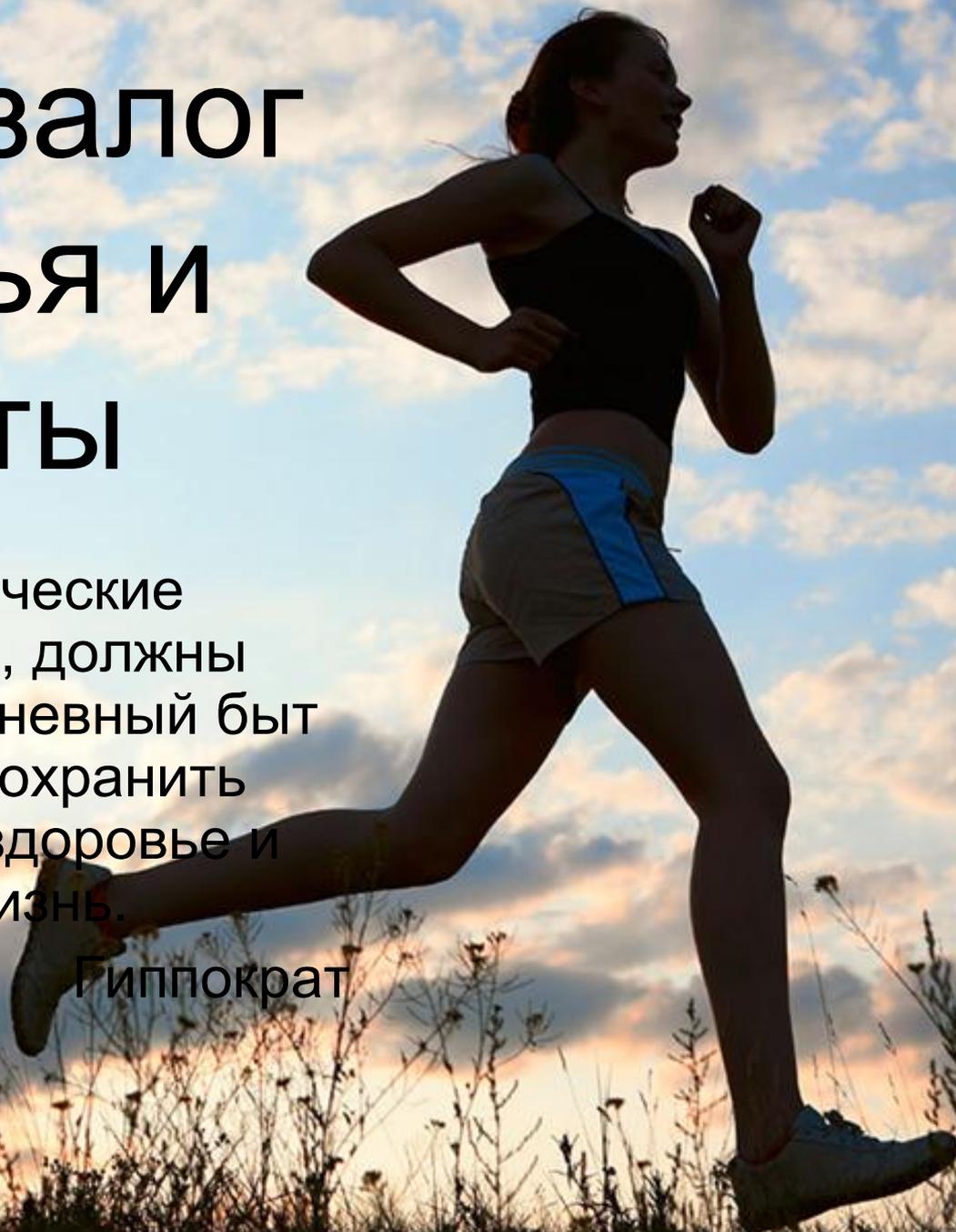


# Спорт – залог здоровья и красоты

Гимнастика, физические упражнения, ходьба, должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье и полноценную жизнь.

Гиппократ



# Спорт - залог красоты и здоровья



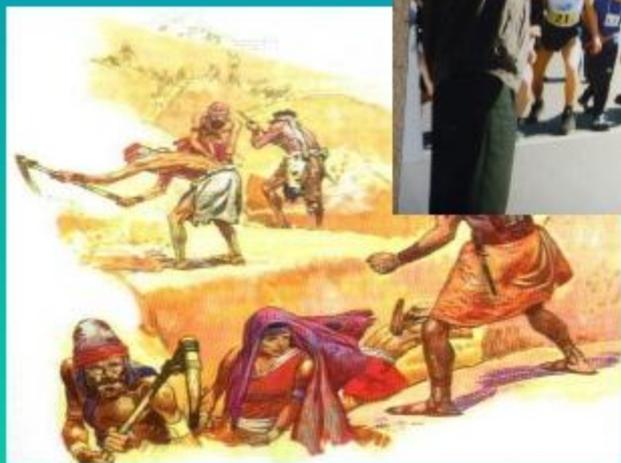
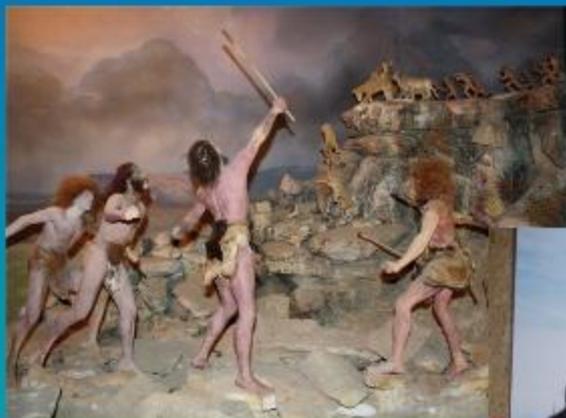
- ◆ Спорт – многогранное общественное явление, составляющее неотъемлемый элемент культуры общества, одно из средств и методов всестороннего гармоничного развития человека, укрепления его здоровья, подготовки к труду и обороне, состоящее из физических упражнений, соревнований.

# История физической культуры и спорта



- ◆ История физической культуры представляет собой специфическую отрасль исторических и педагогических знаний. Она является важным разделом науки о физической культуре.
- ◆ Предмет ее изучения – общие закономерности возникновения, становления и развития физической культуры и спорта на разных этапах существования человеческого общества.

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА



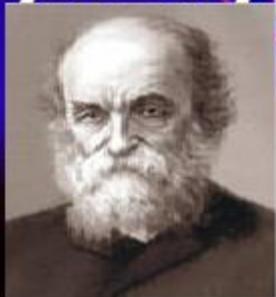


# История развития физической культуры в России

Три этапа развития:

- ➡ С древнейших времён до 1917 года
- ➡ Развитие физической культуры в СССР
- ➡ В Российской Федерации после 1991 года

# История развития физической культуры в России:



(1837—1909)

Основателем научной системы физического воспитания, способствующей умственному развитию и нравственному воспитанию молодого человека, является русский педагог, анатом и врач Петр Францевич Лесгафт

Во второй половине 19 века и в начале 20 века продолжается:

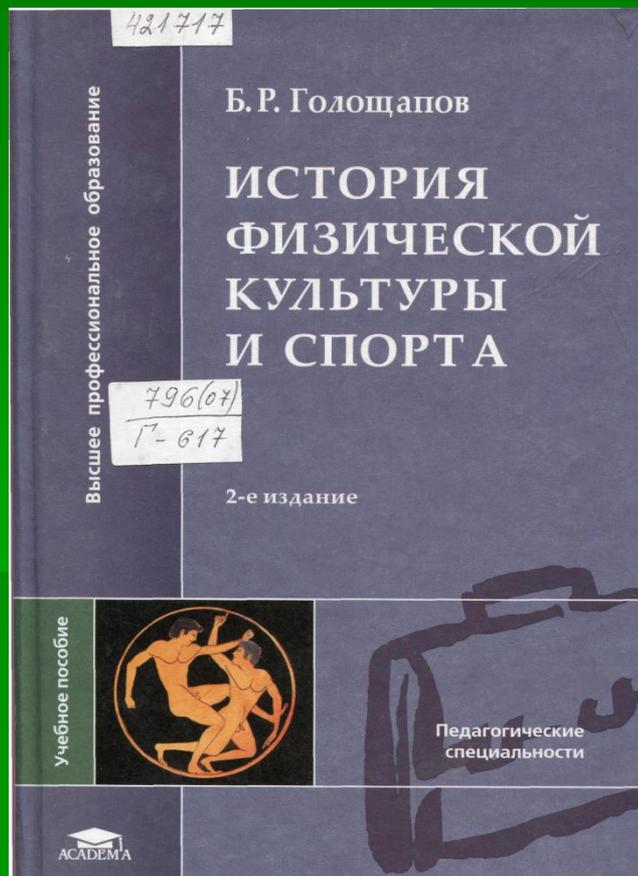
- развитие современных видов спорта ;
- введение физического воспитания в образовательных учреждениях;
- подготовка специалистов для работы по физическому воспитанию ( 1896г.);
- обеспечение материально-техническое и финансовое для физического воспитания;

I этап: с древнейших времен и до 1917 г.

796(07)

Г617

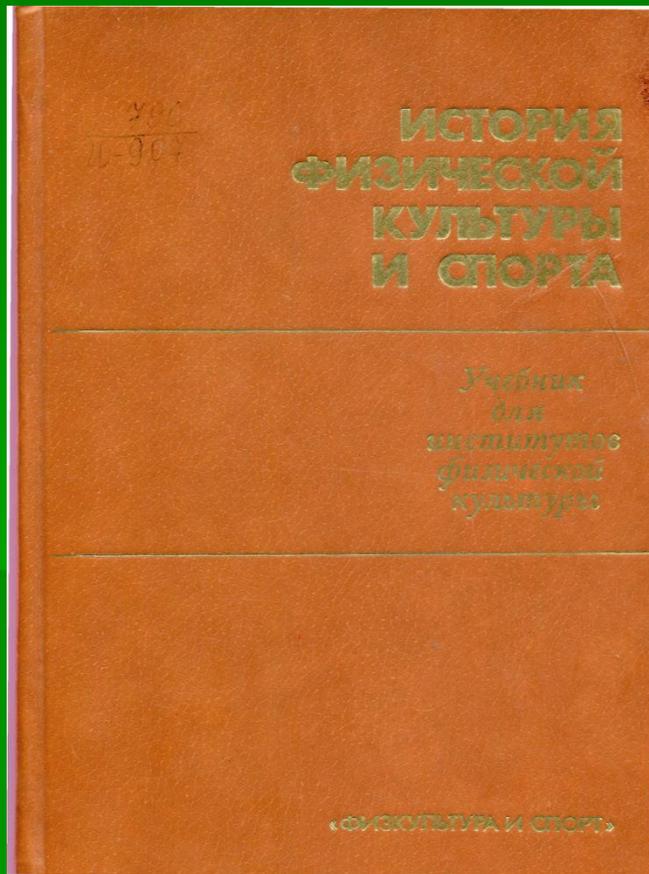
Голощапов, Борис Романович. История физической культуры и спорта : учеб. пособ. / Б. Р. Голощапов . - 2-е изд., перераб. - М. : Академия, 2004. - 311, [1] с.



- В пособии рассказывается о происхождении, формировании, развитии и функционировании основных отечественных и зарубежных систем физического воспитания, международного спортивного движения
- Рассматривается эволюция общих принципов физической культуры и спорта.

**796 И 907**

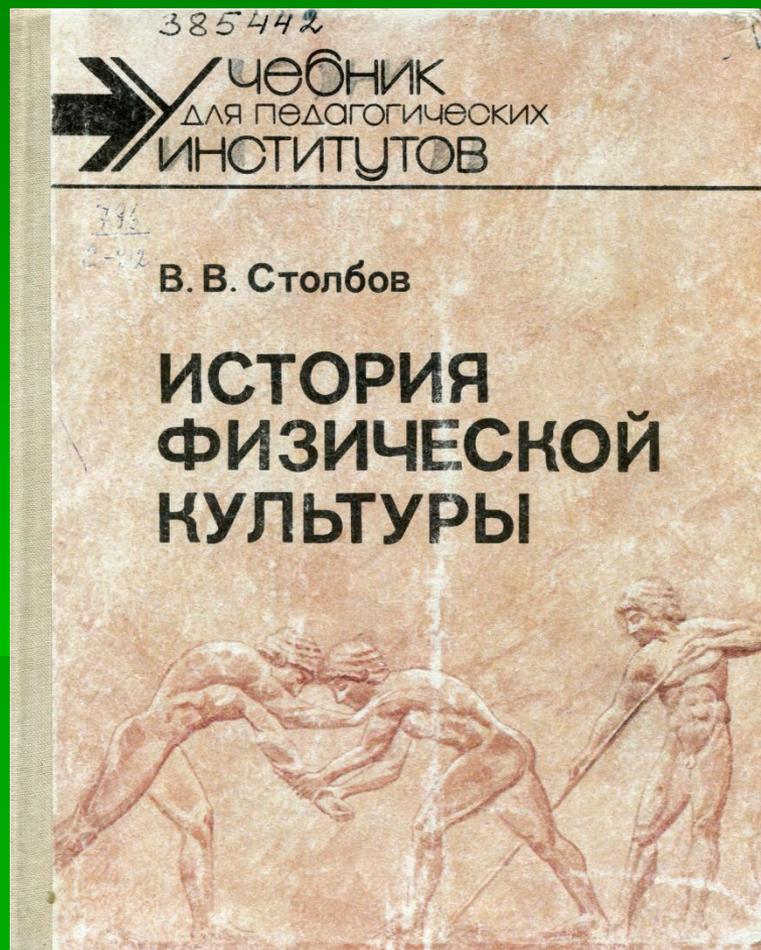
**История физической культуры и спорта : учебник / ред. В. В. Столбов. - М. : Физкультура и спорт, 1983. - 359 с.**



- В учебнике рассматриваются:
- всеобщая история физической культуры и спорта
- история физической культуры и спорта СССР
- история международного спортивного движения
- уделено внимание олимпийскому движению.

**796 С 812**

**Столбов, В. В. История физической культуры : учебник / В. В. Столбов. - М. : Просвещение, 1989. - 288 с.**



- В книге рассматриваются вопросы всеобщей и отечественной истории физической культуры и спорта
- истории международного спортивного и олимпийского движения.



# Студенческий спорт и жизнь

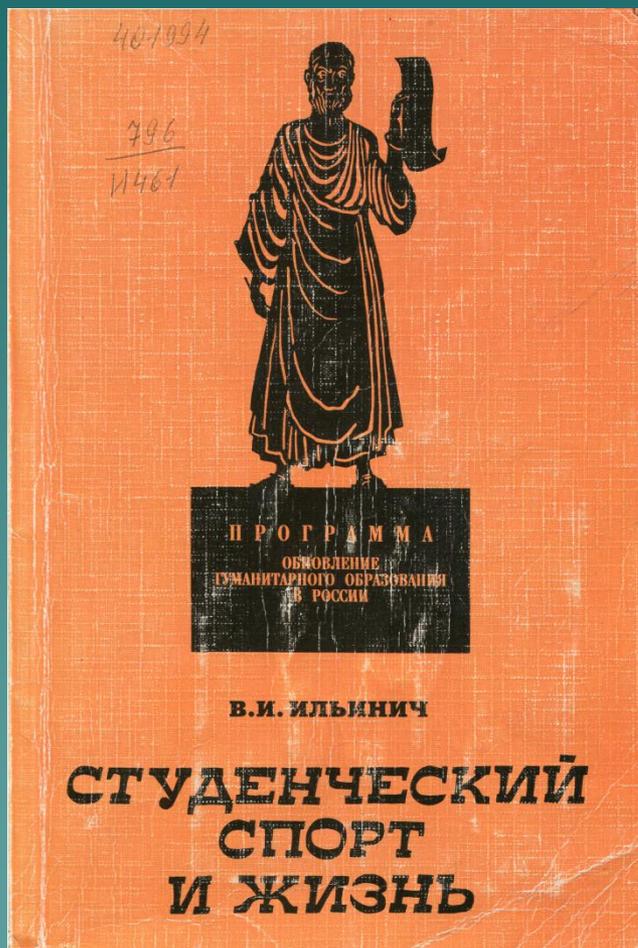


- Студенческий спорт в России имеет более чем вековую историю развития. Его зарождение происходило в начале 20 века.
- В своем становлении отечественный студенческий спорт прошел несколько этапов.
- Современный этап, начавшийся в связи с переходом реформирования общественных устоев и перехода экономики страны к рыночным отношениям, характеризуется появлением новых задач физического воспитания в высшей школе, направленных не только на развитие физических способностей студентов, но и стимулирование их интереса к занятиям физической культурой и спортом, формирование ценностей здорового образа жизни.



796 И 461

Ильинич, В. И. Студенческий спорт и жизнь : пособие для вузов / В. И. Ильинич. - М. : Аспект Пресс, 1995. - 144 с.

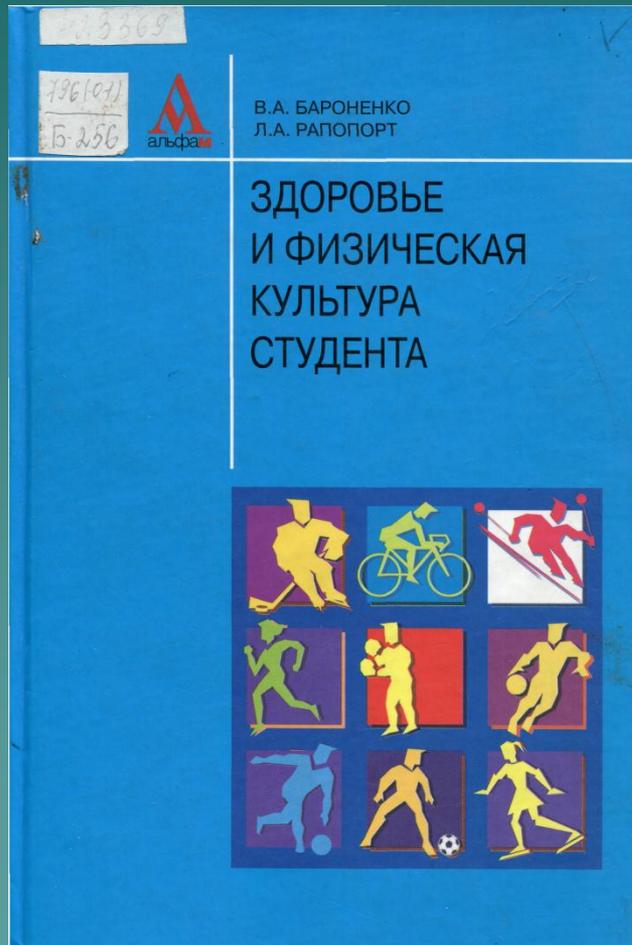


- ◆ В пособии рассматривается роль занятий отдельными видами спорта и физическими упражнениями
- ◆ Дается краткая характеристика различных групп видов спорта и отдельных, наиболее популярных видов, практический материал для самостоятельных занятий.

796(07)

Б256

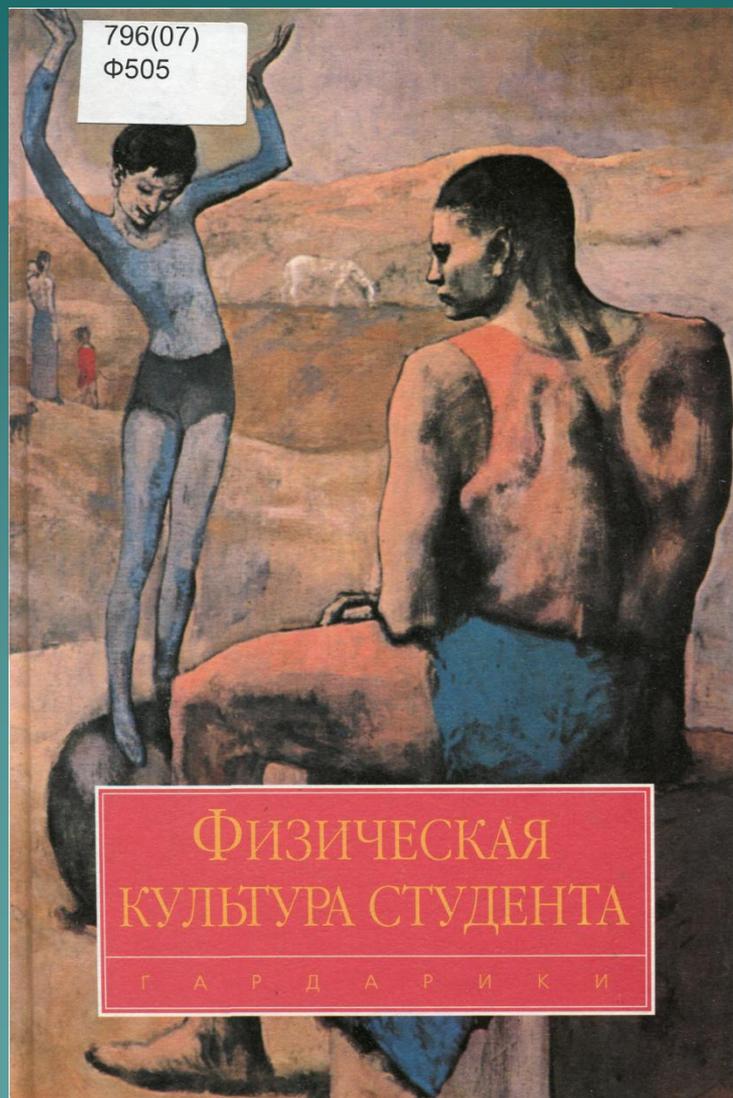
Бароненко, Валентина Александровна. Здоровье и физическая культура студента : учеб. пособие / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт . - М. : Альфа-М, 2003. - 351, [1]



- ◆ В книге раскрыты ведущие факторы здоровья:
- ◆ Культуротворчество и здравотворчество
- ◆ Основы здорового образа жизни
- ◆ Взаимосвязь здоровья с окружающей средой и физической культурой.

**796(07) Ф505**

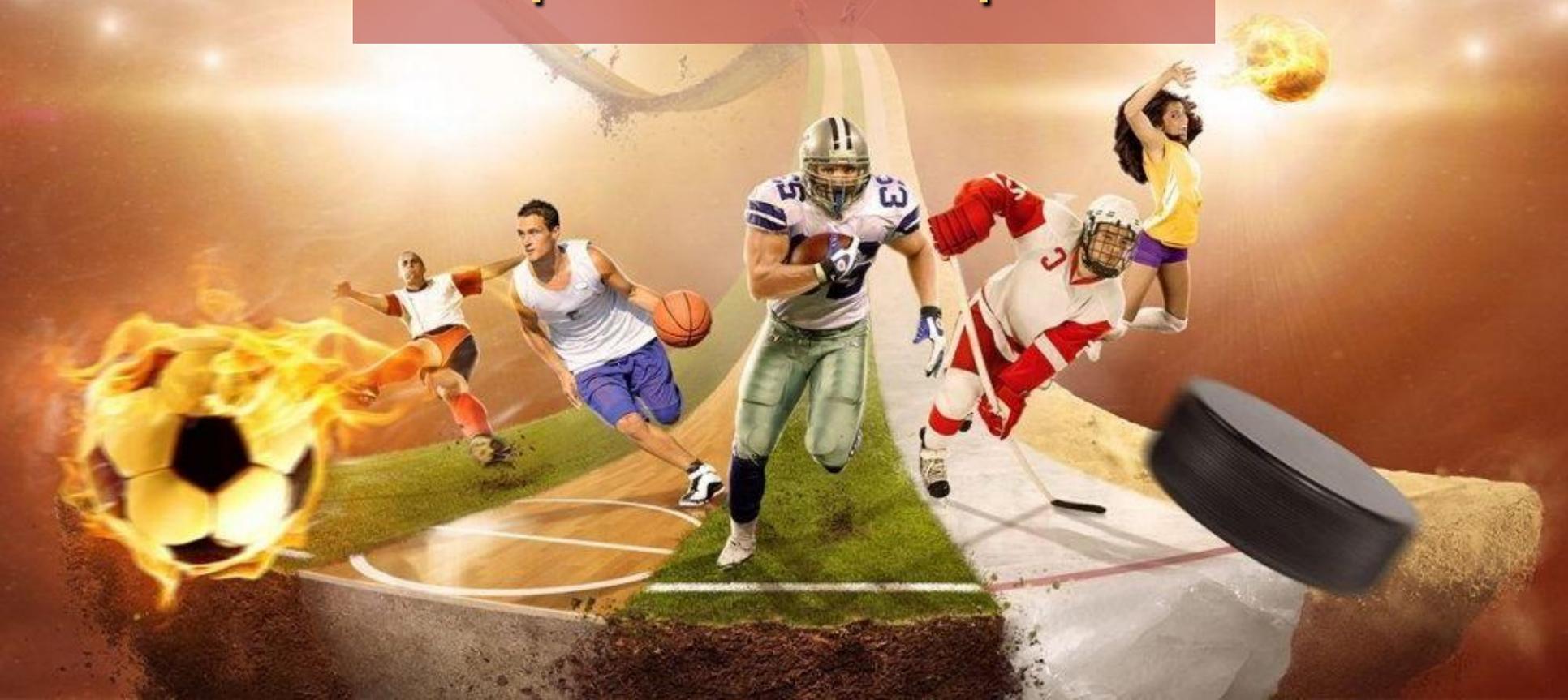
**Физическая культура студента : учебник для вузов / [М. Я. Виленский и др.] под ред. В. И. Ильинича. - М. : Гардарики, 2007. - 447 с.**



- ◆ В учебнике освещены вопросы методики формирования разностороннего физического развития и спортивного совершенствования
- ◆ Психофизическая подготовка студента к будущей профессиональной деятельности.



# Спортивные игры



Спортивные игры – самостоятельные виды спорта, связанные с игровым противоборством команд или отдельных спортсменов, и проводящиеся по определенным правилам.

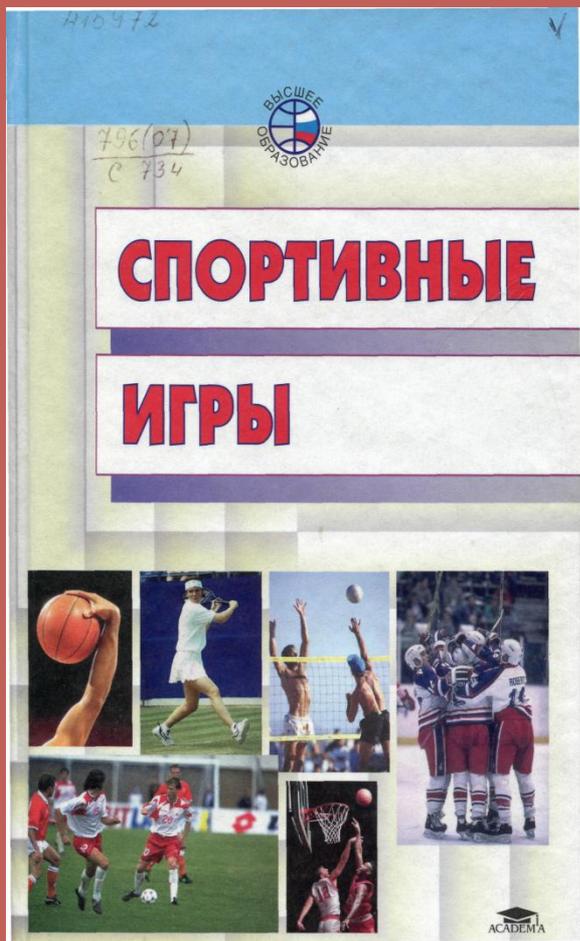
Спортивные игры, как средство и метод физического воспитания, широко применяется в учебных заведениях.

На уроках физической культуры они используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в соответствии с требованиями программ.



796(07) С734

Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения : учебник / Ю. Д. Железняк [ и др. ] ; под ред. Ю. Д. Железняка. - М. : АСADEМIA, 2002. - 519 с.

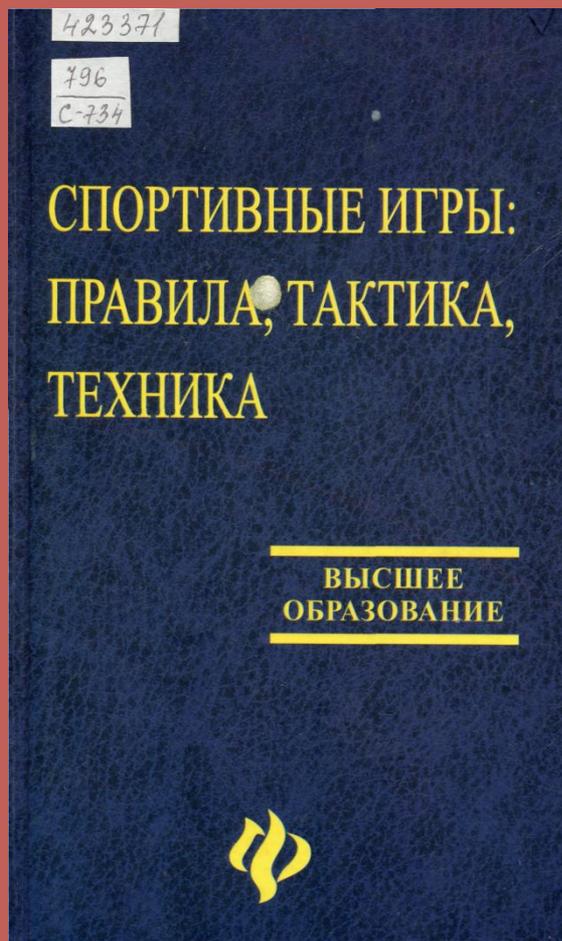


- В учебнике излагаются теоретико – методические основы спортивных игр, их роль и место в системе физического воспитания и спорта
- Представлена методика обучения базовым спортивным играм: волейболу, баскетболу, гандболу, футболу, хоккею, теннису.

796

С734

**Спортивные игры: правила, тактика, техника** / [ред. Е. В. Конеева]. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. - 443, [1] с. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 432.



- Учебное пособие содержит сведения об основных спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, теннис, бадминтон, бейсбол
- Рассматривает правила игры, технику движений спортсмена, методику обучения игроков тактическим знаниям, умениям и навыкам.



**796(071) Ф 505**

**Физическая культура** : метод. указания для студентов фак. агрономии и лесного хоз-ва / [сост. Е. В. Седунова]. - Вологда ; Молочное : ВГМХА, 2017. - 34 с.

Бр-17/26  
796(071)  
Ф 505

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Вологодская государственная  
молочнохозяйственная академия имени П.В. Верещагина»

Факультет агрономии и лесного хозяйства  
Кафедра физической культуры

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

*Методические указания*  
для студентов факультета агрономии и лесного хозяйства  
(направления подготовки 35.03.01 – Лесное дело;  
35.03.02 – Технология лесозаготовительных  
и деревоперерабатывающих производств;  
35.03.04 – Агрономия; 35.03.05 – Садоводство)



Вологда – Молочное  
2017



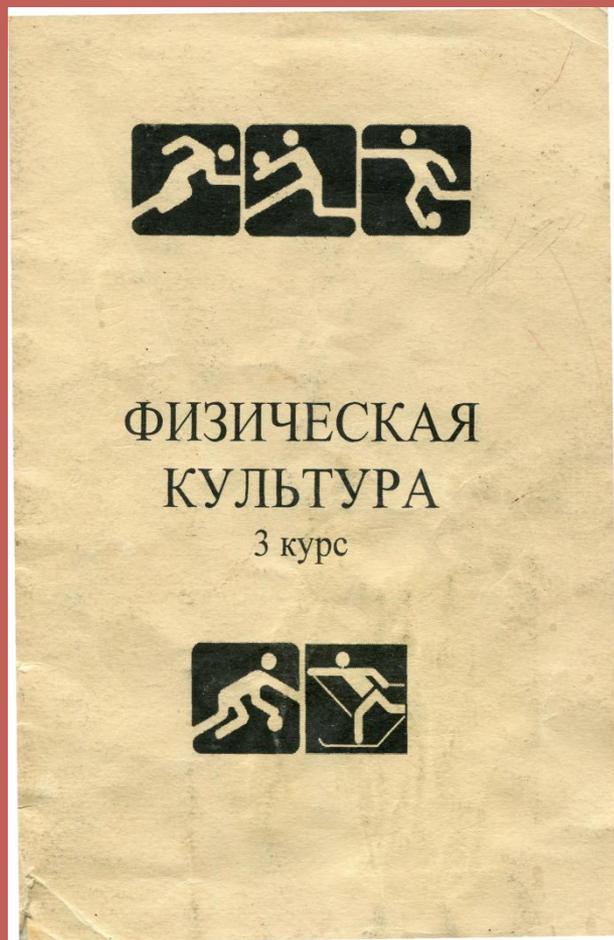
Настоящие методические указания разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и являются дополнением к учебно-методическим пособиям по дисциплине «Физическая культура»



Методические указания предназначены для студентов всех форм обучения факультета агрономии и лесного хозяйства.

796(07) Ф505

**Физическая культура** : учеб. пос. для вузов : 3 курс / В. Е. Литовченко, В. А. Маклаков, В. А. Сыроваров ; МСХ РФ, ВГМХА. - Вологда ; Молочное : [б. и.], 2002. - 60 с.



- Учебное пособие содержит материал по теоретическому разделу обучения, который позволяет систематизировать и углубить знания по основам теории и методики физического воспитания
- Освещены вопросы исторического развития основных видов спорта, характеристика инвентаря и оборудования, основные правила игр и наказание за несоблюдение правил, судейства.

# Баскетбол



- ◆ Современный баскетбол – это состязание в быстроте, выносливости, точности броска и сообразительности.
  - ◆ Баскетбол укрепляет здоровье и улучшает физическое развитие
  - ◆ Баскетбол, как и весь спорт, невозможен без преодоления трудностей, а в борьбе с трудностями воспитывается характер.
- 
- A decorative silhouette of a mountain range in a teal color, located at the bottom right of the slide.

# Волейбол



- Волейбол – одно из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Чтобы играть в волейбол, необходимо быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью.
- Волейбол – один из наиболее популярных и признанных студентами видов спорта.
- Волейбол не только развивает здоровье, но и создает предпосылки к выбору активной жизненной позиции, готовит к высокопроизводительному труду.

# Футбол

«Спорт – это сила!  
Футбол – это красиво!»

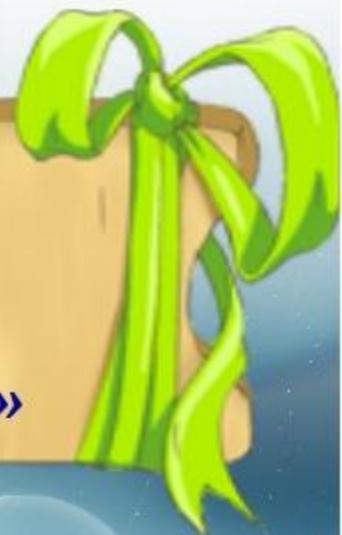


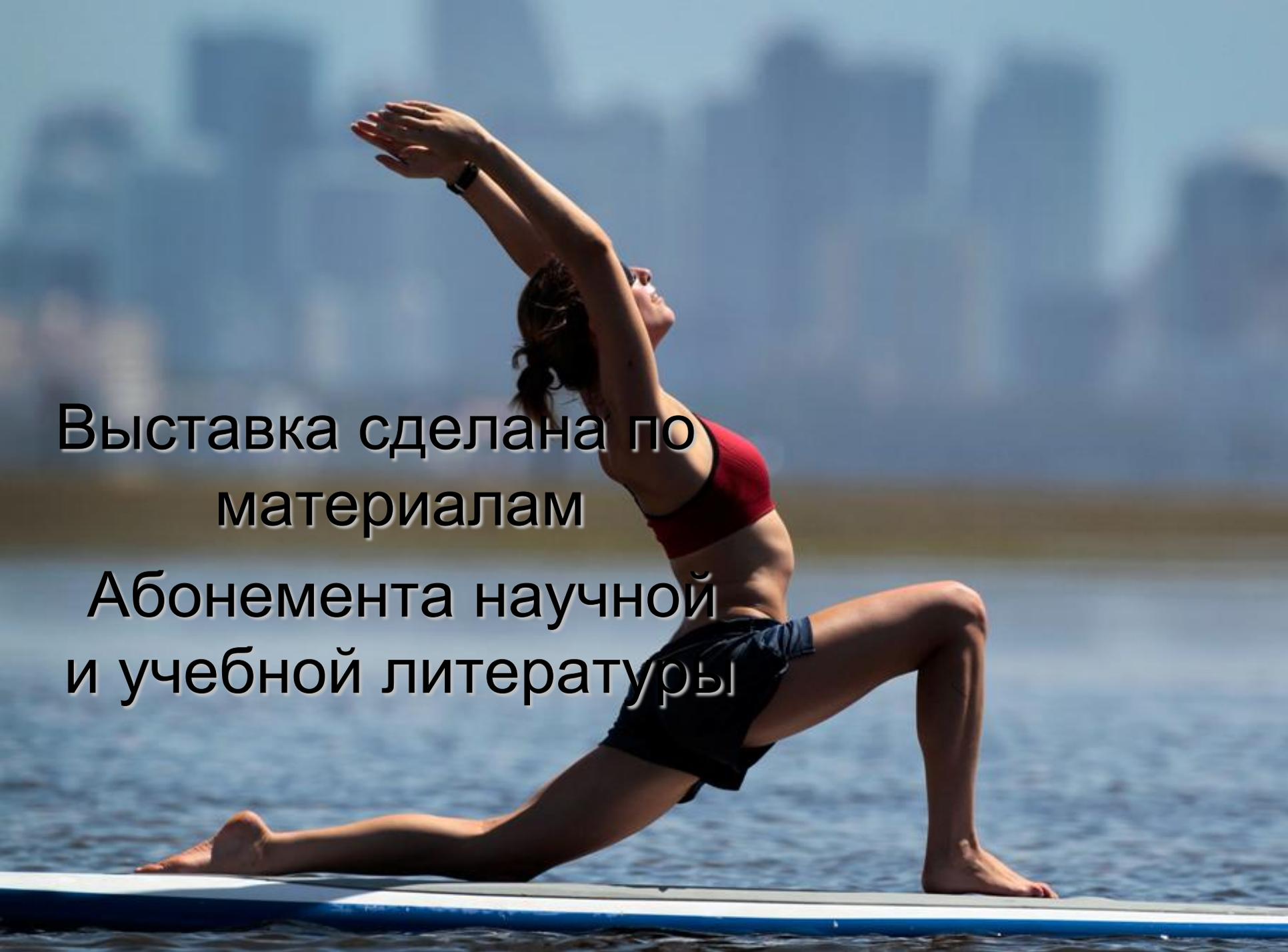
- Футбол – самый популярный среди студенческой молодежи командный вид спортивных игр. Занятия им способствуют воспитанию профессионально-важных физических качеств ( выносливость, быстрота, ловкость, сила), а также двигательных навыков и умений ( точность действий, реакция на движущийся объект, соразмерность мышечных усилий, широта поля зрения, концентрация и распределение внимания).
- Во время учебных занятий по футболу студенты приучаются к коллективности действий, у них повышается сознательность, дисциплина, воспитываются творческие взаимоотношения, навыки поведения в коллективе.
- Футбол – доступный вид спорта. Он не требует сложного оборудования и инвентаря.

# Занимайся спортом!



*«Здоровье – это круто,  
Здоровье – это класс!  
И если вы хотите,  
То спорт – это для вас »*





Выставка сделана по  
материалам

Абонементы научной  
и учебной литературы