

ИЗ ИСТОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ефимова Ольга Анатольевна,
учитель физической культуры
ГБОУ №588

СОДЕРЖАНИЕ

- Введение
- Возникновение физических упражнений
- Возникновение первых соревнований
- Соревнования для детей
- Из чего делали мячи?
- Заключение
- Список литературы



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цели:

- Познакомится с историей возникновения физических упражнений.
- Познакомится с историей возникновения первых соревнований.

Задачи:

- Сформировать представление об возникновении первых соревнований и физических упражнений.
- Расширить кругозор о традициях.



КОГДА ВОЗНИКЛИ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ?

Физические упражнения возникли в глубокой древности, когда люди жили еще в пещерах.

Древние люди должны были хорошо
бегать (убегали от опасности),
прыгать (во время охоты на мамонтов
на пути могли возникнуть
препятствия, которые надо было
перепрыгнуть),
метать (чтобы убить животное
необходимо ловко и метко бросать
камни)
лазать по деревьям



КАК ВОЗНИКЛИ ПЕРВЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

- Первые соревнования начали проводить очень давно, когда люди ещё жили в пещерах. В результате соревнований самый сильный человек становился во главе племени.
- В то время соревнования проводили без правил. Главное в них было любым способом победить соперника.



КАК ВОЗНИКЛИ ПЕРВЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

- Прошло много времени. Люди поняли, что состязаться можно для выявления не только самого сильного человека в племени, но и самого меткого и быстрого охотника, самого ловкого и выносливого воина.
- Для проведения таких соревнований придумали правила.
- За выполнением правил приглашали следить самых опытных и справедливых судей.



КАК ВОЗНИКЛИ ПЕРВЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

- Для детей тоже стали проводить соревнования в виде игр.
- Дети, играя, состязались в ловкости, быстроте, выносливости. И для детских игр были придуманы свои правила.
- Многие из этих игр, конечно в изменённом виде, дошли и до нашего времени. Их называют **подвижными играми**.



Из чего и для чего делали мячи древние люди?

- Первые мячи делали из шкур убитых животных.
- Шкуры набивали песком или сухой травой.
- С помощью таких мячей древние охотники обучали детей точным броскам по разным мишеням.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теперь ты знаешь:

- ❖ Когда возникли первые соревнования?
- ❖ Для чего проводили соревнования древние люди?
- ❖ Когда возникли физические упражнения?
- ❖ Как называют современные детские игры?
- ❖ Из чего и для чего делали мячи древние люди?



СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. А.П.Матвеев. Физическая культура. 2 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.П.Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования; изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2012.
2. А.П.Матвеев. Физическая культура 2 класса. Предметная линия учебников А.П.Матвеева: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А.П.Матвеев. – М.: Просвещение, 2011.
3. А.П.Матвеев. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А.П.Матвеев. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

