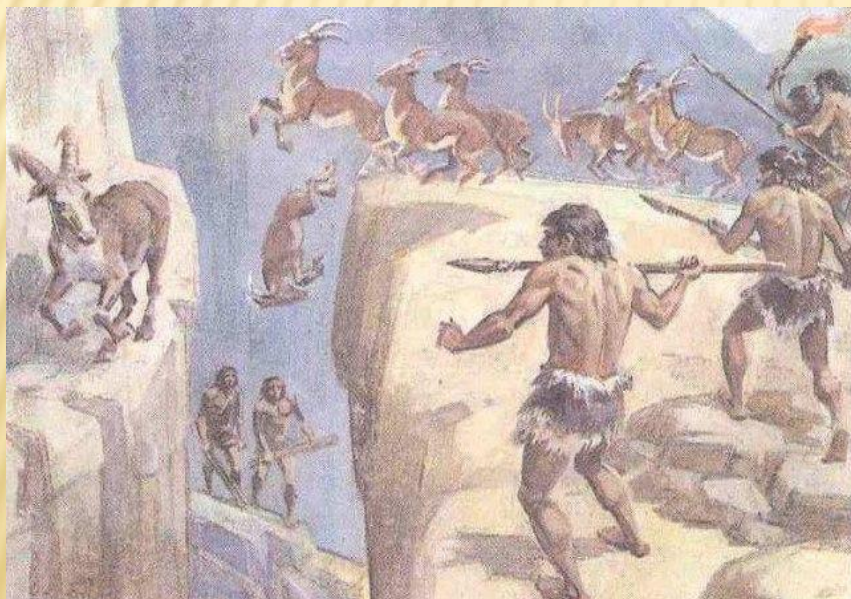


Когда и как возникли
физическая культура и
спорт.

Физические упражнения возникли в глубокой древности.

Первобытным людям день и ночь надо было защищаться от нападения хищников противостоять силам природы добывать пищу.



Охотиться они ещё не могли, поэтому они отбирали добычу у хищных животных. И первыми орудиями для этого стали палки и дубины.



Подметив эти приёмы, люди начали их использовать во время охоты и в труде. Этому они учили своих детей. Так постепенно накапливались элементы культуры движения, которые в дальнейшем составили важную часть физической культуры и спорта.

Какие движения выполняют первобытные люди



Человек будет бежать быстрее, если немного наклонить туловище вперёд

Прыгнет дальше, если разбежится

Палка или камень летит дальше, если перед броском сделать замах



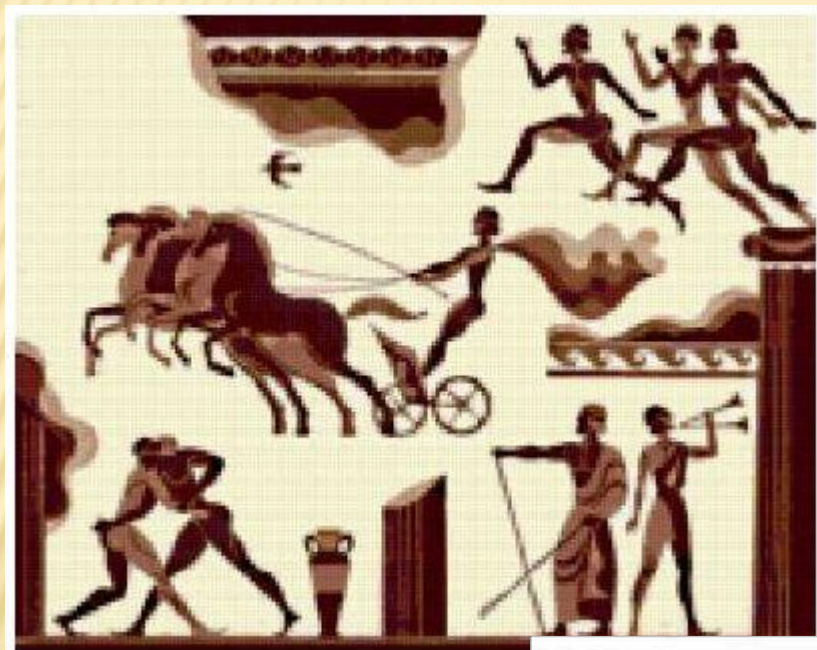
Древнегреческие города

г. Спарта- специальные школы (7-20 лет) Там они занимались , маршировкой , бегом, прыжками , метанием копья

г. Олимпия- устраивались состязания- Олимпийские игры (один раз в 4 года



Древние состязания



Физическая культура и спорт возник в древности



ВСТАВЬ СЛОВЕЧКО:

- Человек будет бежать быстрее, если наклонит туловище вперед
- Прыгнет дальше, если ... разбежится
- Упражнения- повторение ... движений
- В древнегреческом городе .. Спарте специальные школы для юных граждан.
- В древнегреческом городе... олимпиада устраивались состязания –Олимпийские игры.