

Рецензия

Рецензия на реферат ординатора первого года обучения кафедры физической и реабилитационной медицины с курсом ПО Филимонова Александра Алексеевича

«Классификация методов лечебной физической культуры»

Основным специфическим средством физического воспитания являются физические упражнения - двигательные действия, используемые в соответствии с закономерностями физического воспитания. Только с помощью физических упражнений осуществляется направленное воздействие на человека с целью развития его физических и духовных способностей.

Классификации физических упражнений нужны для того, чтобы более эффективно подбирать упражнения для решения двигательной задачи с учетом возраста, пола, состояния здоровья и т.д. При этом необходимо помнить, что каждое физическое упражнение обладает не одним, а несколькими характерными признаками. Поэтому одно и то же упражнение может быть представлено в разных классификациях.

Рассмотрение данной темы имеет большое значение на современном этапе развития системы физического воспитания и подготовки кадров, она актуальна в современном обществе, т.к. является важным этапом в изучении теории и методики физического воспитания.

Огромное число физических, в том числе спортивных, упражнений обуславливает необходимость их классификации. Физиологическая классификация объединяет в группы физические упражнения со сходными функциональными характеристиками. С одной стороны, это такие упражнения, для успешного выполнения которых могут быть использованы в определенной степени сходные режимы, средства и методы физического воспитания (спортивной тренировки). С другой стороны, в одну группу

объединяются физические упражнения, которые могут быть в равной мере использованы в системе физического воспитания (спортивной тренировки) для повышения функциональных возможностей одних и тех же физиологических органов, систем и механизмов, а следовательно, одного и того же физического качества. (Епифанов, В. А, Дубровский В. И и др.)

Руководитель практической подготовки Суб - Судоксва С.А.

Кафедраальный руководитель Суб - Судоксва С.А.