



Введение

На мой взгляд взаимосвязь физического воспитания с умственным проявляется непосредственно и опосредованно.

Непосредственная связь заключается в процессе физического воспитания оказывает прямое воздействие на развитие умственных способностей занимающихся.

На занятиях постоянно могут возникать познавательные ситуации, связанные с овладением техникой физических упражнений, ее совершенствованием, овладением приемами практических действий.

Опосредованная связь состоит в укреплении здоровья, развитии физических сил в процессе физического воспитания.

Физическое воспитание составляет необходимое условие для нормального умственного развития детей.

На мой взгляд, с одной стороны, физическое воспитание создает лучшие условия для умственной работоспособности и содействует развитию интеллекта.

С другой стороны, умственное воспитание повышает эффективность физического воспитания, создавая условия более вдумчивого отношения к нему занимающихся для осознания или сущности решаемых задач и творческих поисков их решения.

Основная часть.

В процессе физического воспитания на мой взгляд можно различить две стороны: образовательную и воспитательную.

Образовательная сторона — это передача специальных физкультурных знаний.

Мышление же развивается в двух направлениях: воспроизводящее (репродуктивное) и продуктивное (творческое).

Физкультурные занятия конечно же являются **средствами умственного воспитания.**

Для школ, колледжей, вузов содержание и объем физкультурных занятий определяются программами физического воспитания.

Так же к средствам таких занятий относят специально организованные проблемные ситуации в процессе занятий физическими упражнениями, разрешение которых требует умственных действий.

Если углубиться в эту тему и попробовать понять взаимосвязь физического воспитания с эстетическим, то можно понять, что занятия физическими упражнениями создают благоприятные условия для эстетического воспитания.

В процессе таких занятий у детей формируется красивая осанка, развиваются гармоничные формы телосложения, воспитывается понимание красоты и изящества движений.

Все это помогает воспитанию эстетических чувств, вкусов и представлений, способствует проявлению положительных эмоций, жизнерадостности, оптимизма.

Заключение.

Урок физической культуры по специальной системе, гимнастика до уроков, подвижные игры на перемене и физкульт паузы, способствуют поддержанию и повышению умственной работоспособности в течение всего учебного дня.

С помощью занятий физическими упражнениями у детей происходят положительные изменения в умственной работоспособности.

Ежедневные часовые занятия способствуют поддержанию высокой умственной работоспособности и воспитанию эстетических чувств, вкусов и представлений.