

СПРАВКА
о выполнении профилактических мероприятий

1. Сроки проведения декабрь 2024 г.

2. Место проведения ГБПОУ «СМГК», гр. 3233

3. Исполнитель/классный руководитель Молебнова Н.В.

4. Характеристика выполненных работ:

Наименование	Тема	Количество человек
Презентация «Физическая культура, как одна из самых важных элементов здоровья человека» Студенты могут законспектировать информацию. https://disk.yandex.ru/i/USruvoTHzMr4bA	Презентация для студентов ГБПОУ «СМГК»	1
Изучить видеоролик «Йога для снятия стресса» https://disk.yandex.ru/i/zNu3NiISzEjR0g	Видеолекция (видеоролик) для студентов ГБПОУ «СМГК»	18

5. Подпись принимающей стороны Молебнова Н.В.

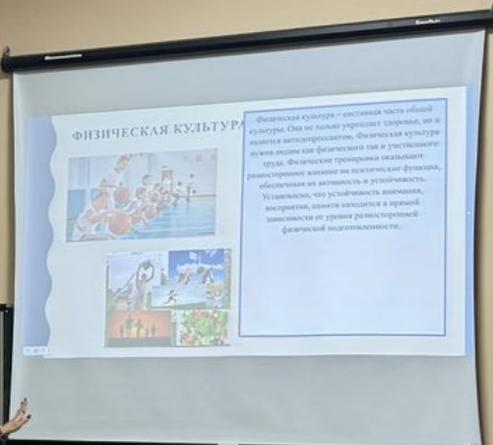
Фамилия, имя, отчество, должность

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Физическая культура – это часть общей культуры. Она не только укрепляет здоровье, но и формирует личность. Физическая культура имеет целью физическое развитие личности, формирование ее личности и устойчивости. Физическая культура способствует развитию личности на интеллектуальном, физическом, эмоциональном и учебном уровне. Это способствует устойчивости личности, активности, имеет значение в формировании личности на уровне реализации физической активности.



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



Физическая культура — основная часть общей культуры. Она не только укрепляет здоровье, но и защищает от депрессии. Физическая культура важна для физического, психического и эмоционального благополучия. Физические тренировки являются эффективным способом поддержания физической формы, обеспечения активности и устойчивости. Установлено, что устойчивость внимания, восприятие, память улучшаются в прямой зависимости от уровня равномерной физической активности.





ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



Физическая культура – составная часть общей культуры. Она не только укрепляет здоровье, но и является индикатором жизни. Физическая культура нужна людям как физическое тело и умственное труд. Физическая тренировка скандинавской разносторонности влияет на интеллектуальные функции, обеспечивает их активность и устойчивость. Установлено, что устойчивость внимания, памяти возрастает в прямой зависимости от уровня разносторонней физической подготовленности.





