

**«Кто любит спорт,
тот здоров и бодр»**



Цель данного проекта:

- познакомиться с историей спорта;
- выявить влияние спорта на здоровье, физическую подготовку и учёбу детей.

Задачи данного проекта:

- изучить, что такое спорт и здоровый образ жизни;
- узнать, что дают занятия спортом;
- узнать, как правильно заниматься физической культурой, чтобы не навредить здоровью;
- определить, для чего нам нужна физическая культура в школе, нужно ли посещать спортивные секции;
- провести опрос и выяснить отношение к спорту среди детей отряда «Радужный» и сделать выводы;
- показать роль занятий каратэ, рукопашного боя, фигурного катания, художественной гимнастики, футбола, фигурного катания и многих других.



С древнейших времён люди охотились, ловили рыбу, защищали свои жилища. Для этого им нужно было быть : сильными, ловкими, быстрыми, меткими.





**Пять колец, пять кругов -
Знак пяти материков.
Знак, который означает
То, что спорт объединяет!**

Олимпийские игры (776г. до н.э. – 393г. н.э.)



Гонки колесниц в Древней Греции



Гладиаторы на Арене Рима



Рыцари Средневековья



Сочи 2014год
Ирина
Роднина и
Вячеслав
Фитисов





**Наш первый
отряд
«Радужный»**





Мы весёлые!



Активные!



Быстрые!



Сильные и выносливые!



Умные!



Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку —

Утром сделаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье —

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!



Дети нашего отряда:

Даша и Илюша занимаются
Художественной гимнастикой и Танцами;
Давид ходит на Каратэ, Рукопашный бой,
Шахматы;
Денис и Артём очень любят Гонки на
велосипедах;
Арсений любит кататься на Коньках;
Матвей и Никита отлично играют в
Теннис;
Андрей и Женя ходят на Футбол



Диаграмма по результатам опроса детей: «Любите ли вы спорт?»



91,60% - очень любят

8,40% - не любят



**Говорят: «В здоровом
теле - здоровый дух!»**









**•Наша «Радужная»
звёздочка на льду**





Они не занимаются спортом:

- ❖ У них повышенная утомляемость;
- ❖ Невнимательность;
- ❖ Нарушение осанки;
- ❖ Проблемы со зрением;
- ❖ Отсутствие бодрости и настроения



Спорт способствует формированию самооценки и самоуважения.

**Так тянет всё, устал я, но сдаваться нельзя.
Если остановлюсь, то это буду не я.
И всё так болит, но я же силён:
Мой дух с моим телом мечтой закреплён.**

**Удар, ниже стойка, выше ногу, сильнее прогиб, мяч – ПАС!
и снова удар!
А фраза «нет, плохо» — страшней всяких кар!
И пот застилает туманом глаза,
Но, всё же, сквозь них не пробьётся слеза.**

**С улыбкою гордой стремлюсь я бороться,
И ежели снова мне враг попадётся,
То в спину не бью я, душою я чист.
А почему? Ведь Я — РУКОПАШНИК, Я - КАРАТЕИСТ,
Я - ФИГУРИСТ И ФУТБОЛИСТ!!!**





Наш капитан

I

Карапетян

Давид

**«Спорт не любит ленивых,
Тех, кто быстро сдается.
Ненадежных, трусливых.
Он над ними смеется.
Благосклонен он очень
К тем, кто духом силен.
И победы дарует
Лишь выносливым он».**

