

# Спорт является здоровьем ?

*Ложников Евгений Андреевич*

*Г.Тверь*

*4 «А» Класс 8 гимназия*

# Физкультура

Почти все люди, как они обычно говорят, занимаются физкультурой и спортом ради здоровья и считают его высшей ценностью. Но неплохо бы узнать, что они имеют в виду конкретно. А то, получается, как со счастьем и любовью - когда они приходят, их все сразу узнают, а до этого ждут, ищут, но чего, точно сказать не могут. Со здоровьем, правда, совсем не так и даже почти наоборот - когда оно есть, его никто не замечает, а когда пропадает...Ну совсем как дети. Так чего беречь-то и за что бороться?

# Наше здоровье





# *Баскетбол*



# Спорт - химера

Что такое химера в той или иной степени знают, наверно, все. Даже не смотря на то, что это древнее слово приобрело, кроме своего первоначального, еще несколько значений. Ведь все они сохраняют смысл чего-то чужеродного и неестественного. Не обязательно страшного или ужасного, но уж никак не здорового и полезного. Химера и есть химера. Смесь какая-то непонятная и ерунда.

А вот в биологии это слово нашло официальное применение. Химерами там называют организмы, состоящие из генетически неоднородных тканей, принадлежащих разным организмам, то есть смеси для природы ненормальные. Появляются биологические химеры в результате мутации, то есть изменения наследственных структур, отвечающих за хранение и передачу генетической информации. Проще говоря, это происходит тогда, когда нарушается нормальная природная программа, в соответствии с которой рождаются, развиваются и размножаются живые организмы.

# Подвижные игры.

Игры разные важны, игры разные нужны. Но с физической точки зрения наиболее важны игры подвижные. Впрочем, неподвижных игр вообще не бывает - хоть мозгами, но шевелить в них надо. В физкультуре, кстати, без мозгов никак нельзя. Зато в некоторых очень подвижных спортивных играх без них даже легче. Там играть надо, а не думать. Однако, даже такие игры могут использоваться в физкультурных целях. Я постараюсь дать некоторые характеристики как играм вообще, так и наиболее у нас популярным, распространенным и доступным. С моей точки зрения к таким играм можно отнести футбол, хоккей, баскетбол, волейбол, теннис, настольный теннис, бадминтон, гандбол и регби.



# Как закаляться



# *Водный спорт*





# Конькобежный спорт



# Небезопасный вид спорта



*До новых встреч*