

Малознакомые виды спорта

Автор работы:
Смирнова Татьяна Викторовна
учитель физической культуры
МАОУ СОШ с.Натальино.

Здоровье -

- Это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой. Но как часто мы растрачиваем этот дар попусту, забывая, что потерять здоровье легко, а вот вернуть его очень и очень трудно.

Народная мудрость гласит: «Здоровье потеряешь - всё потеряешь.»

- Почему мы болеем и теряем свое здоровье?

Причин здесь немало:

Плохой воздух, отравленный выхлопными газами автомобилей и ядовитыми выбросами промышленных предприятий.

Загрязнённая вода, которую мы пьём.

Есть правила, которые помогают человеку вырасти здоровым, крепким, жизнерадостным, готовым к труду, учебе и вообще к жизни.

▪ *Назовите их*

*** Много двигаться, делать утреннюю зарядку**

*** В**

школу и обратно ходить пешком

*** Выполнять физкультминутки на уроках**

*** Выполнять домашние дела**

*** Заниматься в спортивных секциях и кружках**

*** Участвовать в соревнованиях**

*** Ходить в походы**

*** Не**

лежать на диване, а вести активный образ жизни.

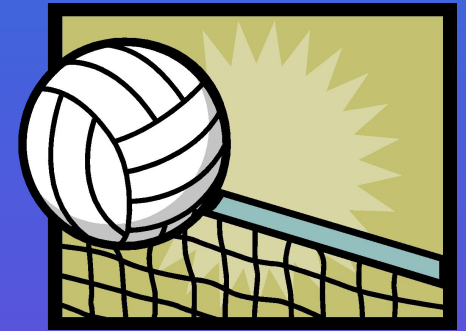
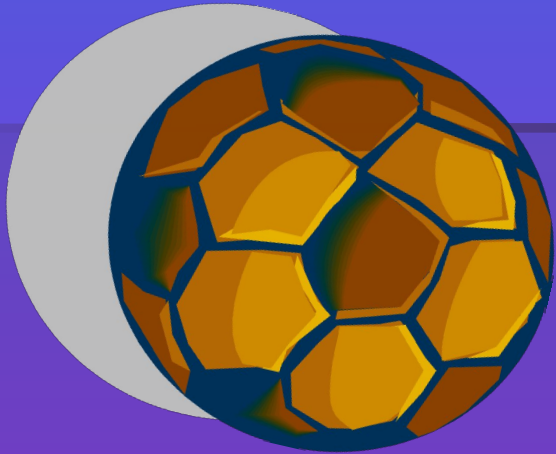
Необходимо постоянно заботиться о своем здоровье, вести здоровый образ жизни.

Не пить, не курить, не употреблять наркотики.

Заниматься физической культурой, закаливанием, соблюдать правила гигиены.

Какие виды спорта
вы знаете?

Назовите виды спорта, в
которых в мяч играют
руками

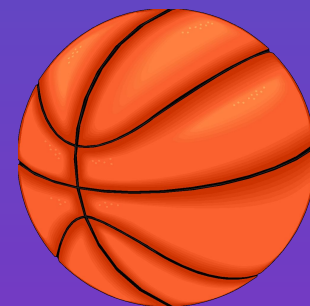


А теперь посмотрите, все ли виды спорта вы назвали

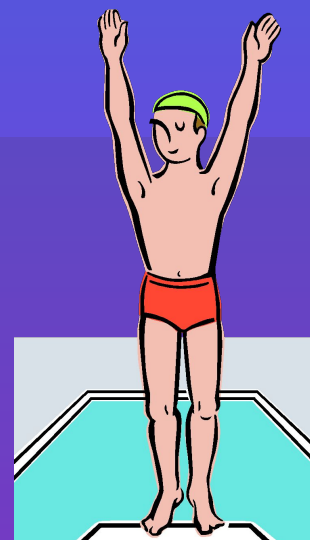
- Волейбол
- Баскетбол
- Гандбол
- Теннис
- Настольный теннис
- Водное поло
- Бейсбол
- Стритбол
- Лапта
- Регби
- Американский футбол



А какие вида спорта мы забыли назвать?



Назовите виды спорта, которые
проводятся на воде



Вы ничего не забыли?

- Плавание
- Водное поло
- Прыжки в воду
- Гребля
- Парусный спорт
- Водные лыжи
- Подводное плавание

А что ещё?



**Назовите виды спорта, в которых
используются лыжи**



Давайте проверим себя

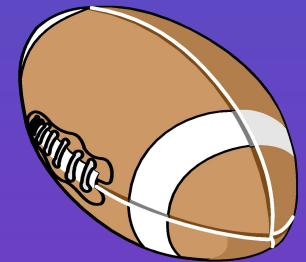
- Лыжные гонки
- Биатлон
- Прыжки с трамплина
- Фристайл
- Водные лыжи
- Горные лыжи
- Сноуборд



Может, вы ещё не все вспомнили?

А знакомы ли вам такие виды спорта?

- Пейнбол
- Петанк
- Саун спорт
- Сокс /Футбег/
- Софтбол
- Сквош
- Флорбол
- Хитбол



Вот с ними мы сегодня и познакомимся

ПЕЙНТБОЛ

- **Пейнтбол** (англ. **Paintball** — шар с краской) — командная игра с применением маркеров (пневматическая пушка), стреляющих шариками с краской (желатиновая оболочка с пищевой краской).



П Е Т А Н Г

- Петанк — провансальский национальный вид спорта, бросание шаров. Цель игры состоит в том, что игроки двух команд на площадке размером 15 на 4 м по очереди бросают металлические шары.



Вряд ли вы будете удивлены, узнав, что еще в античные времена древние греки и римляне играли в игру, напоминающую современный петанк. В древней Греции в подобную игру играли сферическими камнями, в древнем Риме для этой цели использовали деревянные шары, окованные железом.

В Греции целью игры было продемонстрировать силу. Победителем был игрок, забросивший шар дальше всех, а в Риме соревновались в точности броска.

СОКС /ф у т б э г/



- **Сокс»** — одна из разновидностей игры **футбэг**, очень распространённая среди молодёжи. **Сокс** это слово, которым на территории России и других русскоговорящих стран по незнанию была названа игра на основе нескольких **футбэг** дисциплин.

СОФТБОЛ

- **Софтбол** (англ. **softball**) — спортивная командная игра с мячом, разновидность бейсбола. Мяч для **софтбола** напоминает по размерам грейпфрут, он более мягкий, чем бейсбольный мяч, и имеет более низкую скорость в полёте.



С К В О Ш

Сквош — игровой вид спорта с мячом и ракеткой в закрытом помещении. Название игры (от англ. Squash) связано с использованием в ней относительно мягкого полого мяча диаметром около 40 мм, а её прародителем считается игра в ракетс



Ф Л О Р Б О Л



или хоккей в зале — командный вид спорта из семейства хоккеев. Играется в закрытых помещениях на твёрдом ровном полу пластиковым мячом, удары по которому наносятся специальной клюшкой

ХИТБОЛ

Хитбол является одним из самых молодых видов спорта. Это командная игра с мячом овальной формы. Она была изобретена в 1989 году Ю. И. Сомовым. Основой хитбола стали элементы многих командных игр с мячом



САУНСПОРТ

Спортивная **сауна (сауна-спорт, банный спорт)** — соревнование, суть которого заключается в том, чтобы дольше пробыть при большой температуре в **сауне**. Температура в парилке составляет 100—110 °С для мужчин, 90-100 °С для женщин.



В нашей школе работают спортивные секции :

- баскетбол
- Смирнова Т.В.
- вторник –четверг
- с 16 00- 1700
- волейбол
- Кузина Т.В.
- Вторник -четверг
- С 17 00 до 18 00
- Русские народные игры
- Смирнова Т.В.
- вторник,
- с 15 00 до 16 00
- Греко-римская борьба
- Мухаев А.Н..
- понедельник, среда,
пятница
- 15.00 -19.00
- ЖДЁМ ВАС!

Литература:

- <http://redkysport.ru/hitbol/index.php>
<http://redkysport.ru/florbol/pravila.php>

<https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/314758>

http://www.baseball.by/Softball/rules_softball.html

<https://ru.wikipedia.org/wiki/>

<https://ru.wikipedia.org/>

<https://ru.wikipedia.org/wiki/>