



Мир  
**Россия – это сила!**

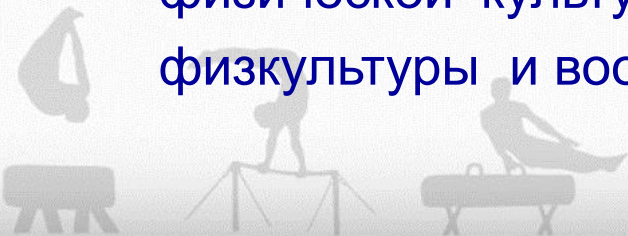
*Проект  
Якимова Дмитрия (6 «А») и  
Якимовой Валерии (4 «Б»)  
Школа 1307*



# Задач

**И:**

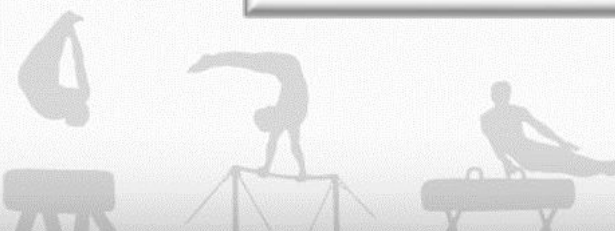
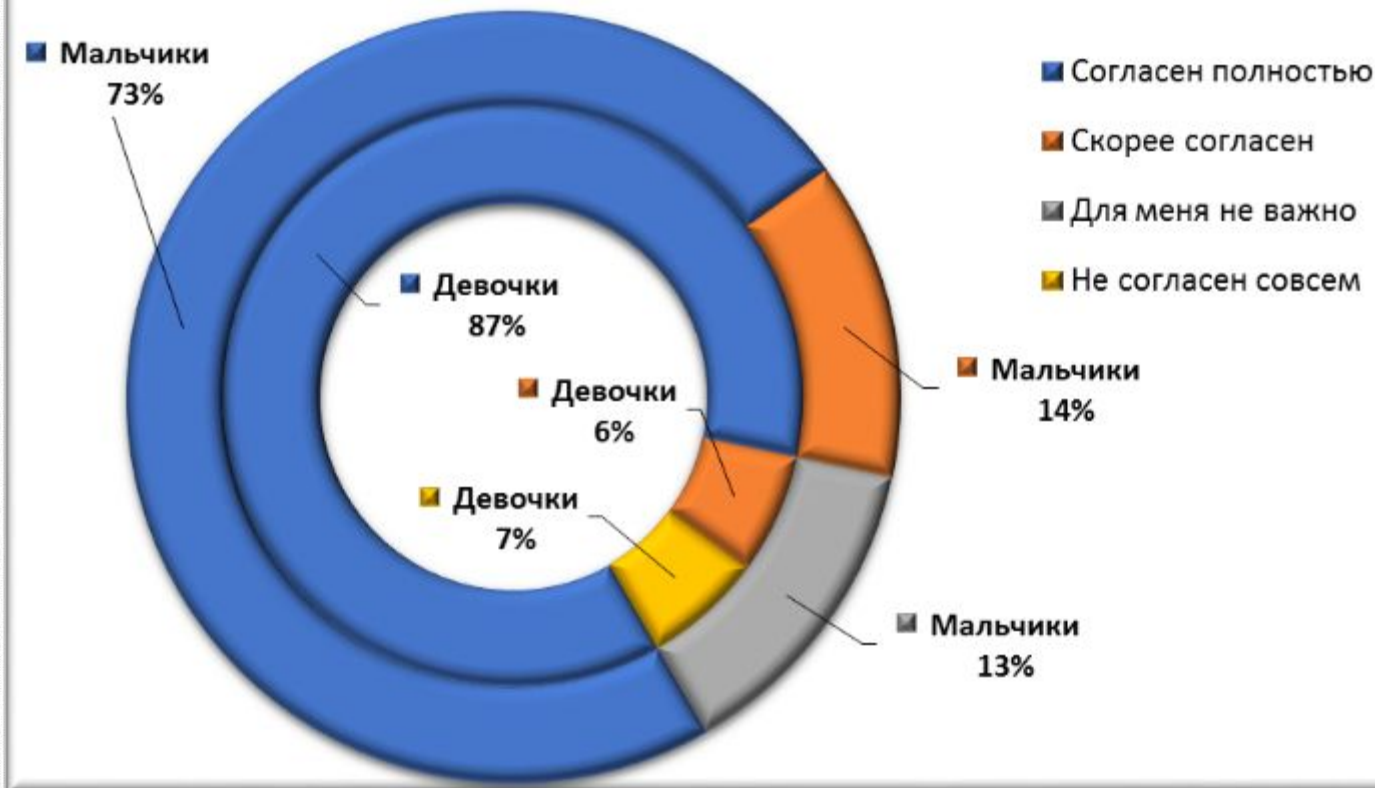
- ✓ Изучить научные знания о пользе физкультуры
- ✓ Разработать анкету и провести анкетирование на тему «Ваше отношение к занятиям физкультурой и спортом» с целью выяснения отношения учащихся к физической культуре
- ✓ Провести анализ имеющихся статистических данных по сдаваемым сверстниками нормативам, сделать выводы
- ✓ Оформить полученные результаты в виде проекта и презентационной части
- ✓ Продемонстрировать нашу работу ученикам школы с целью заинтересовать наших сверстников в систематических занятиях физической культурой, убедить в активном посещении уроков физкультуры и воодушевить на занятия в спортивных секциях





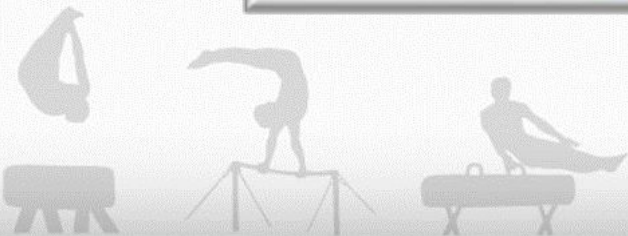
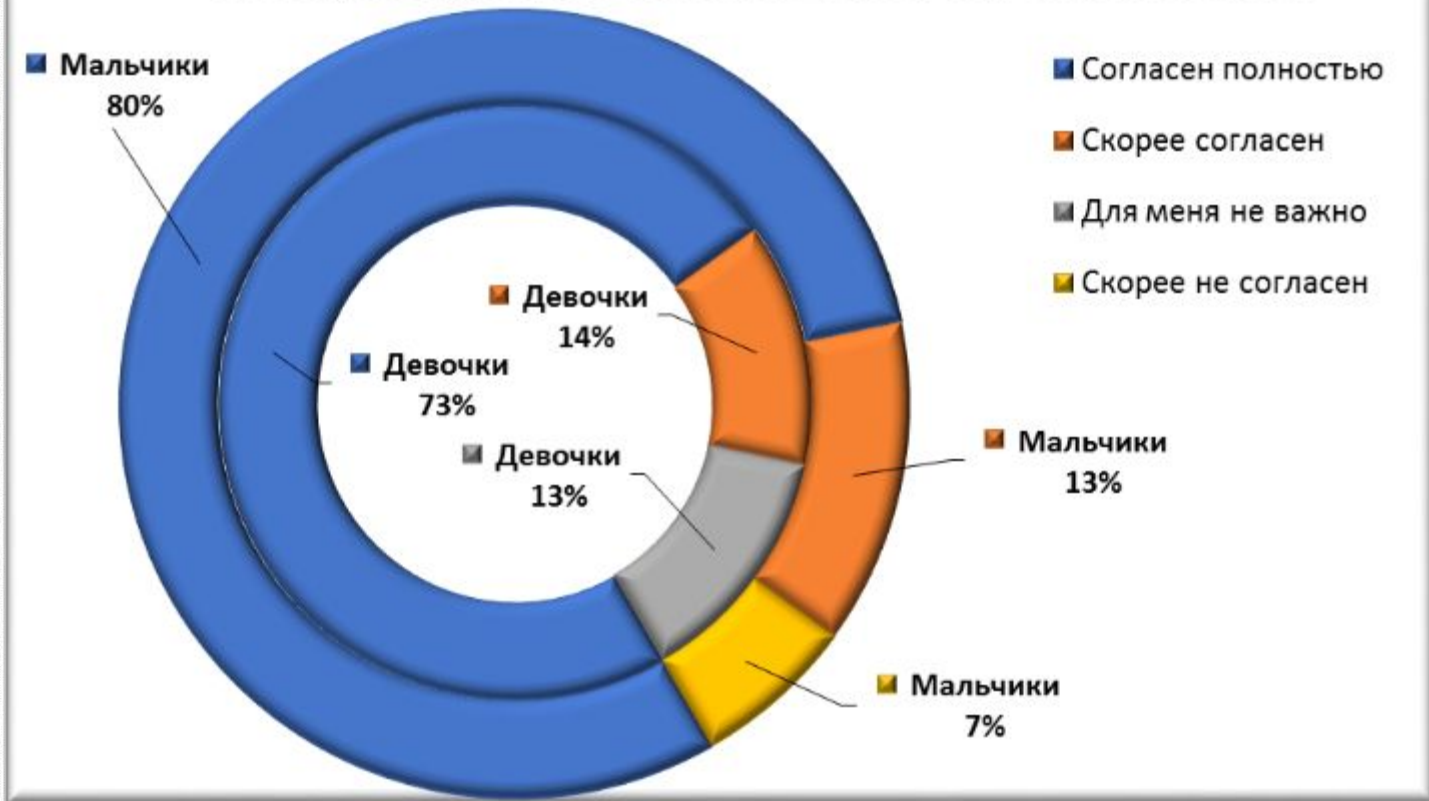
# Результаты

## Физкультура укрепляет мое здоровье



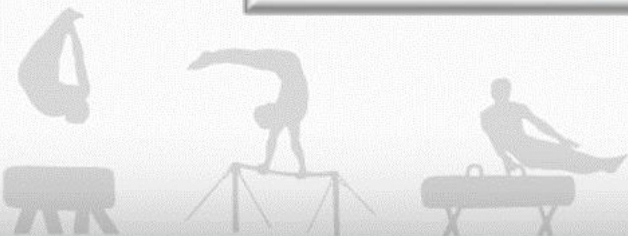
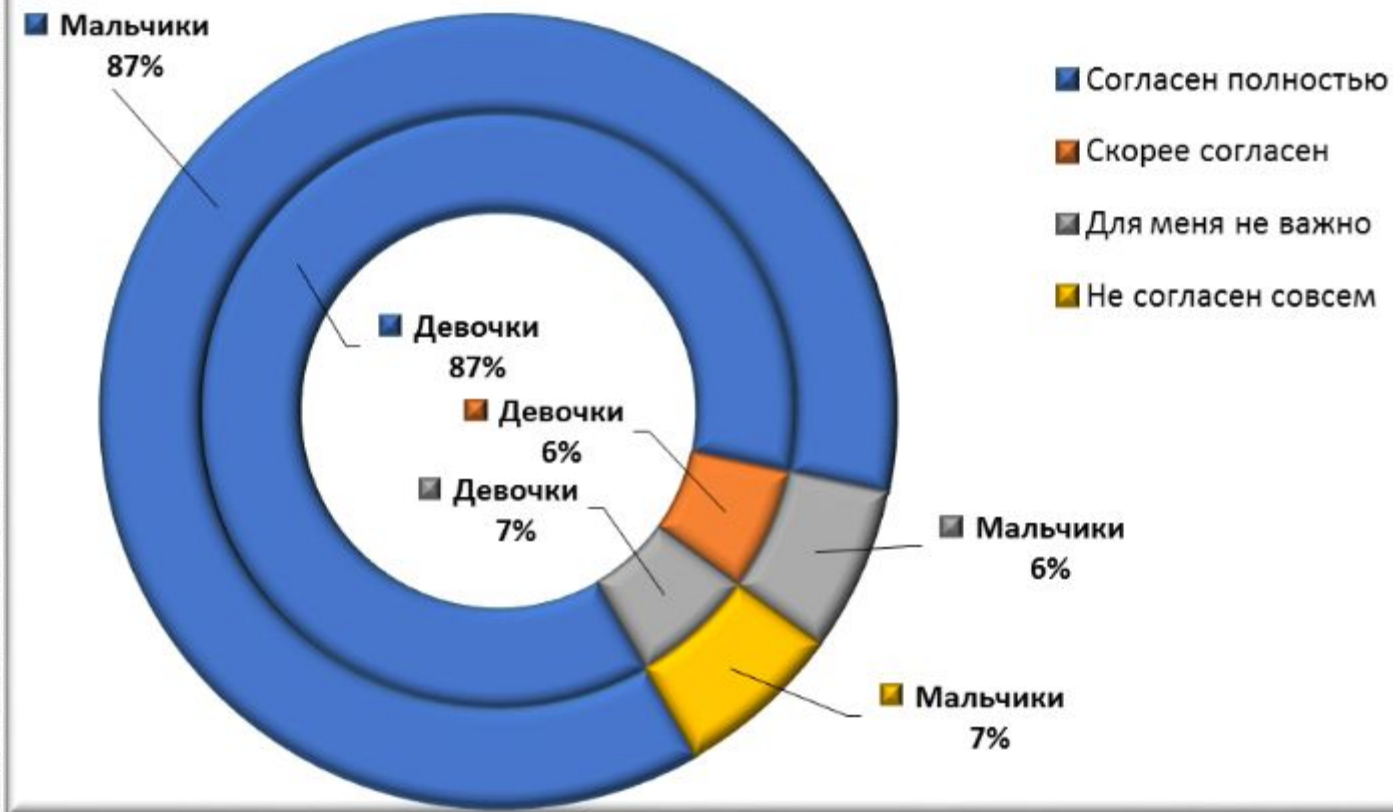
# Результаты

## Физкультура развивает целеустремленность



# Результаты

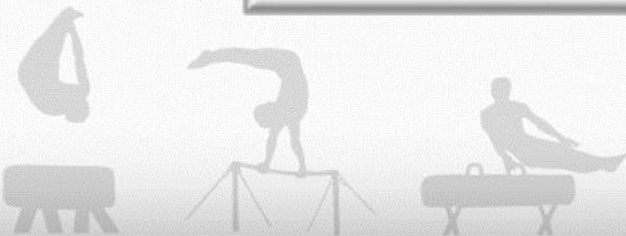
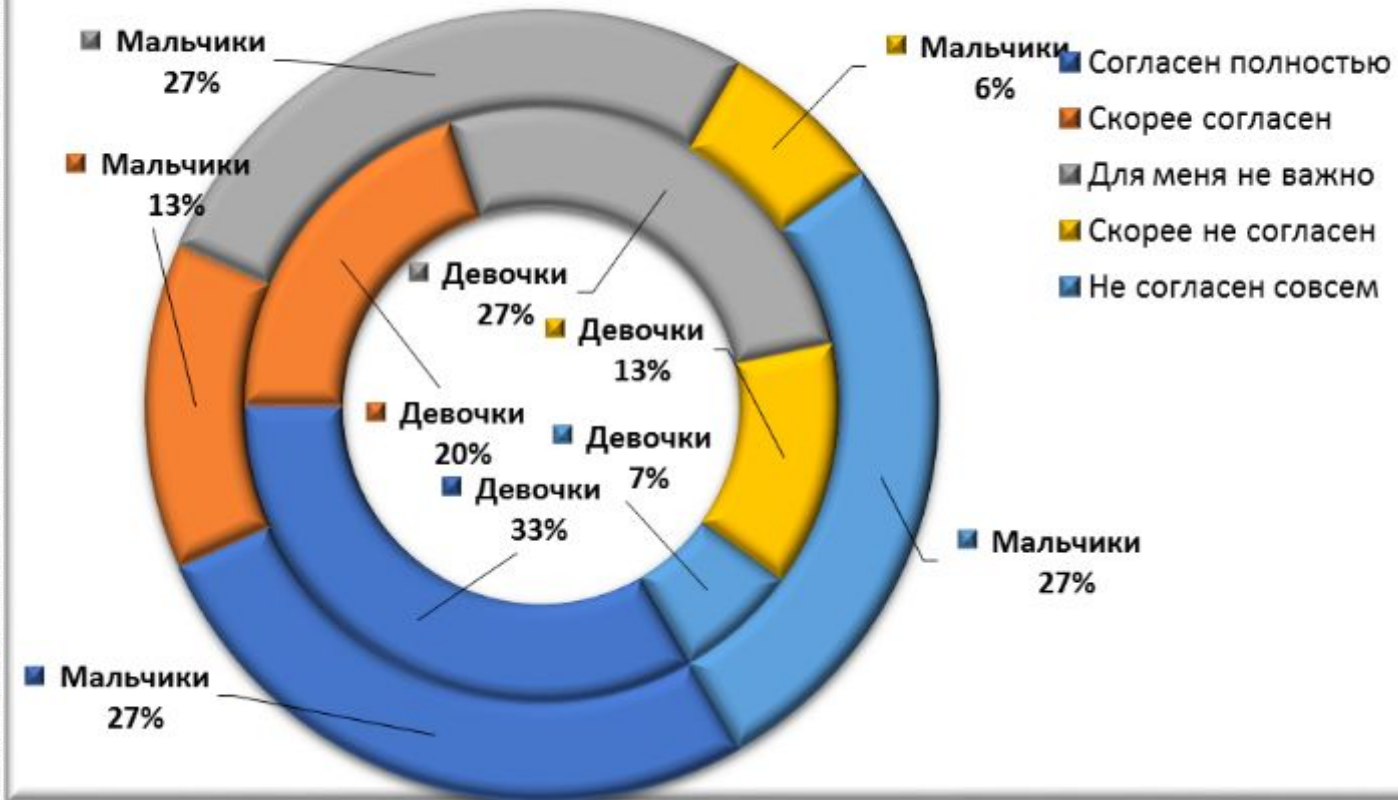
## Физкультура пригодится в дальнейшей жизни





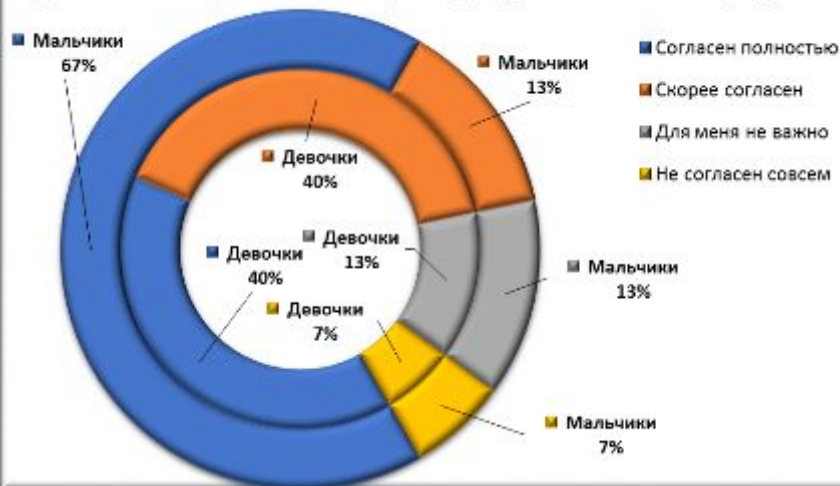
# Результаты

## Занятия физкультурой и спортом - это модно и престижно

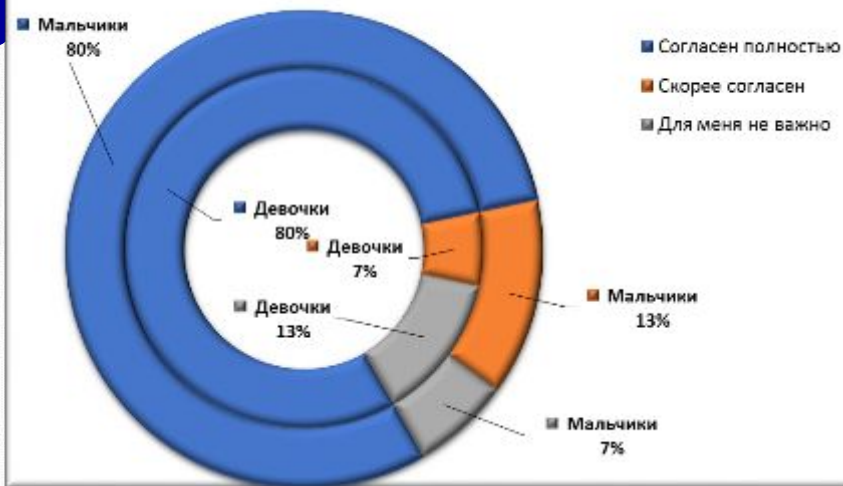


# Результаты

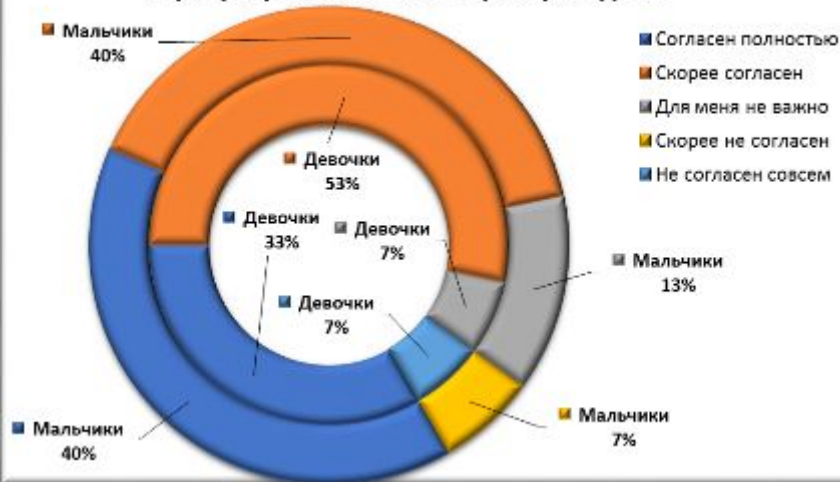
Движение и физическая культура доставляют мне радость



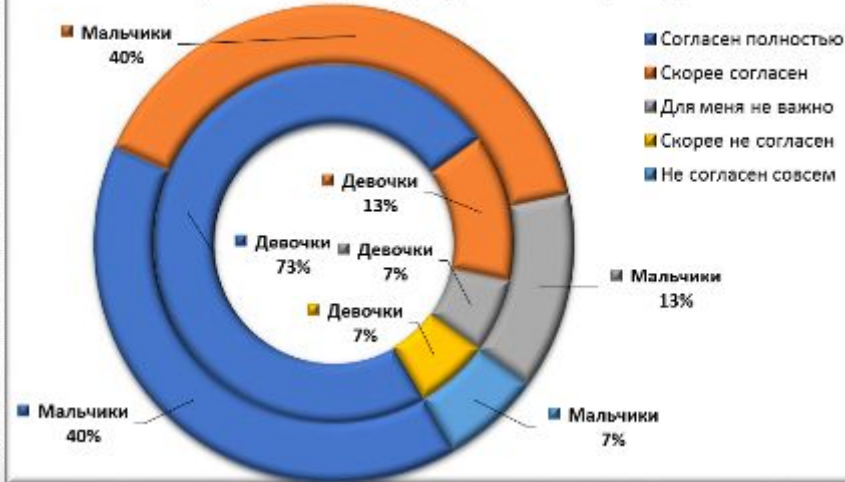
Я занимаюсь физкультурой с удовольствием



Я регулярно занимаюсь физкультурой



Интерес к физкультуре у меня не пропадает





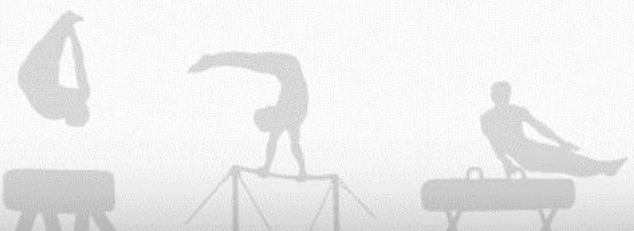
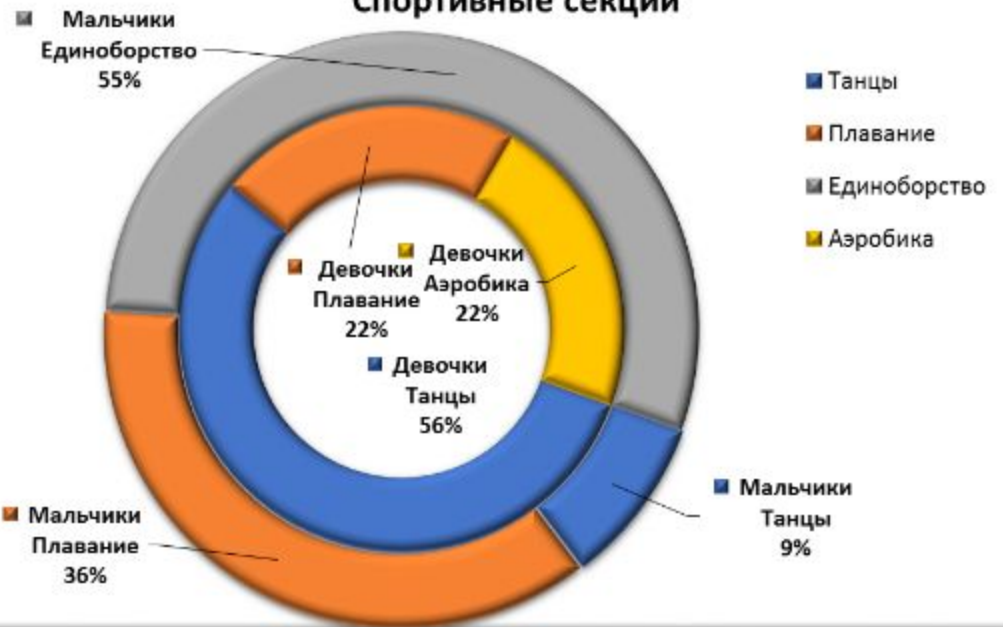
# Результаты

## Обучения

Занимаешься ли ты в спортивной секции

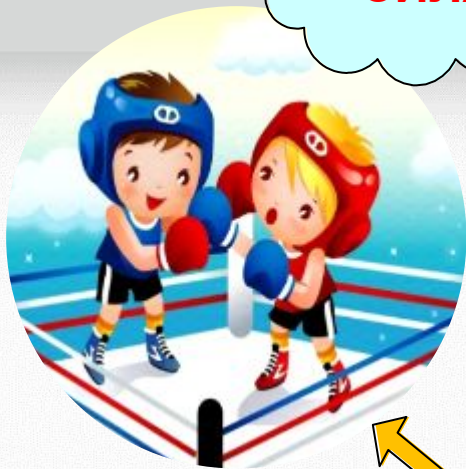


Спортивные секции





**СИЛА**



**ВЫНОСЛИВОСТЬ**



**БЫСТРОТА**



**ЛОВКОСТЬ**



**ГИБКОСТЬ**

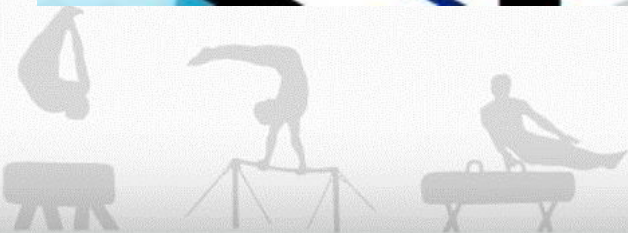




# Сила



Сила - это способность человека совершать действия с определенным мышечным напряжением

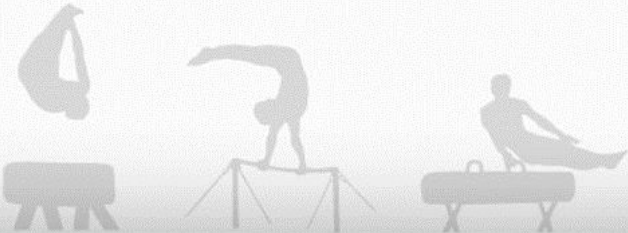




# Выносливость



**Выносливость** - это способность человека значительное время выполнять работу без снижения мощности нагрузки ее интенсивности или способность организма противостоять утомлению

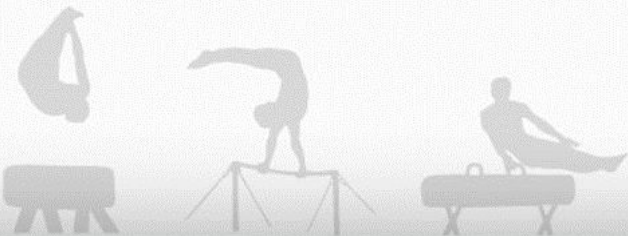




# Быстрота



**Быстрота** - это способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени. Она составляет важную основу, необходимую для успеха в большинстве спортивных игр

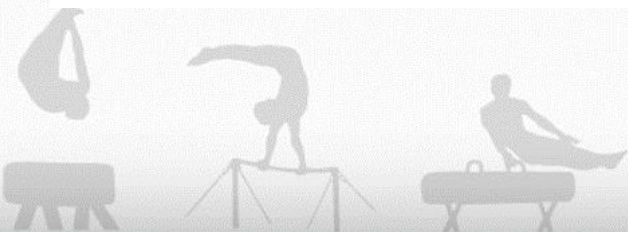




# Ловкость



***Ловкость** – это, во-первых, способность овладевать сложными двигательными координациями; во-вторых, спортивными движениями и совершенствованием их; а в-третьих, в соответствии с меняющейся обстановкой быстро и рационально перестраивать свои действия*



# Гибкость



Гибкость – это физическая способность человека выполнять двигательные действия с необходимой амплитудой движений

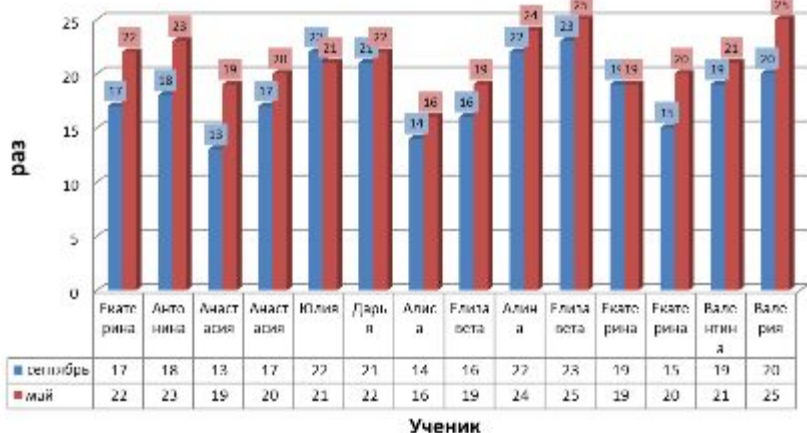




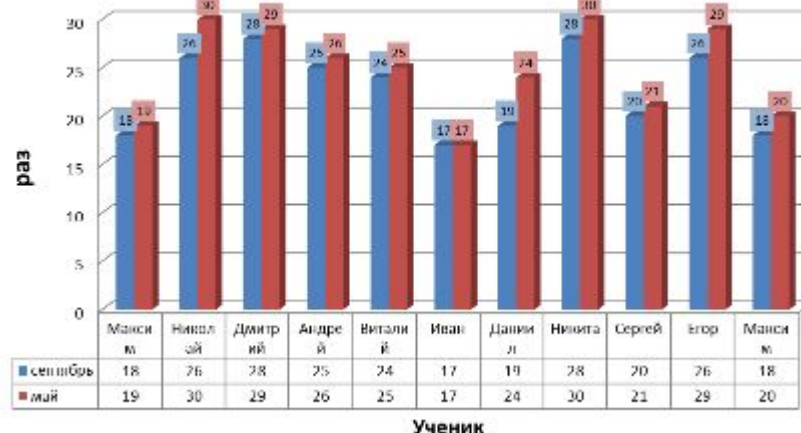
# Спортивные показатели:

## сила

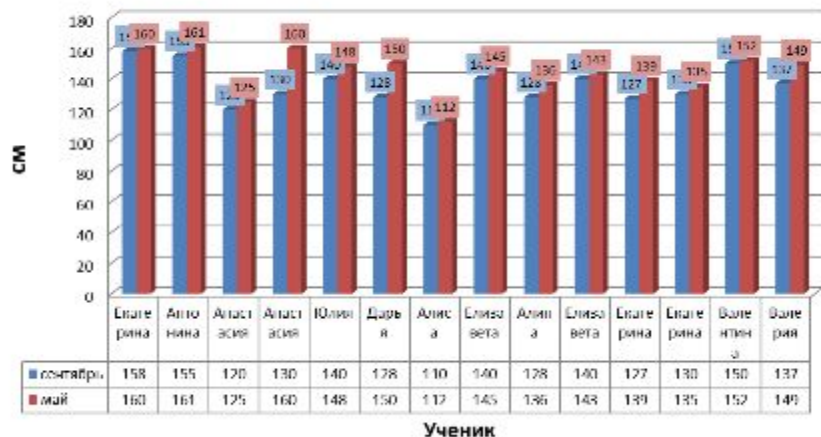
### Подъем туловища за 30 сек (девочки)



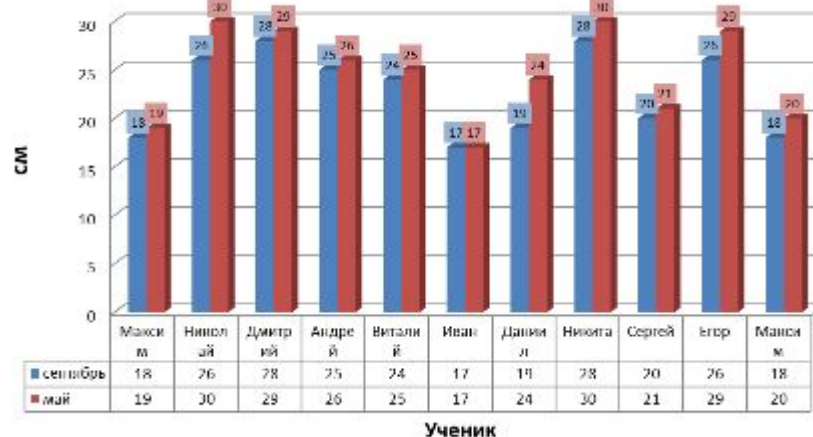
### Подъем туловища за 30 сек (мальчики)



### Прыжки в длину с места (девочки)

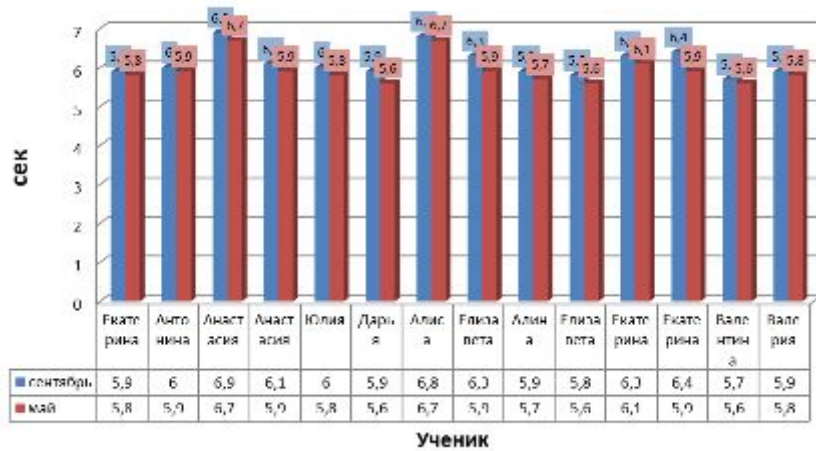


### Прыжки в длину с места (мальчики)

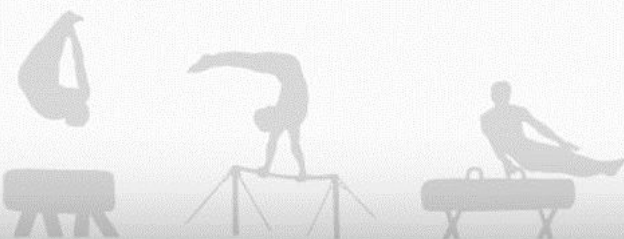
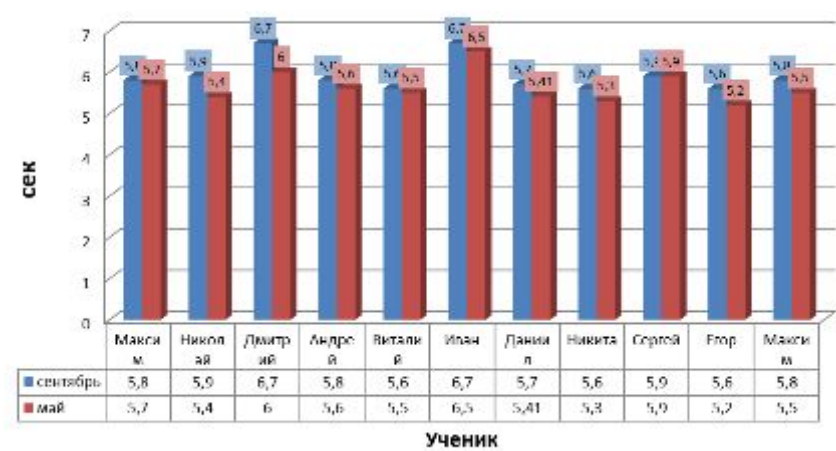


# Спортивные показатели: быстрота

### Бег 30 м (девочки)



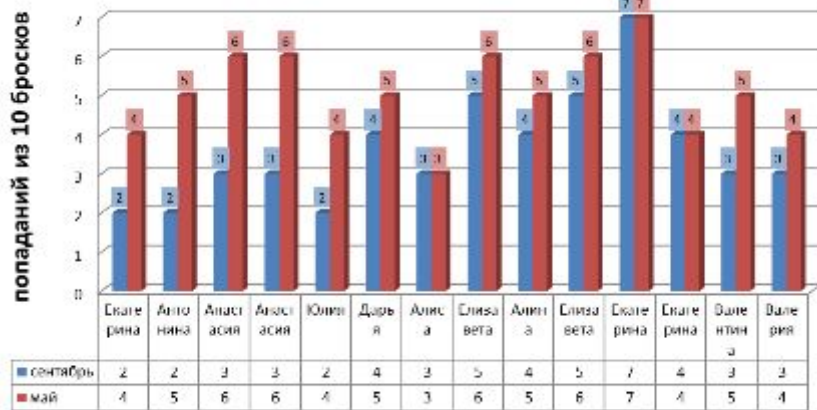
### Бег 30 м (мальчики)





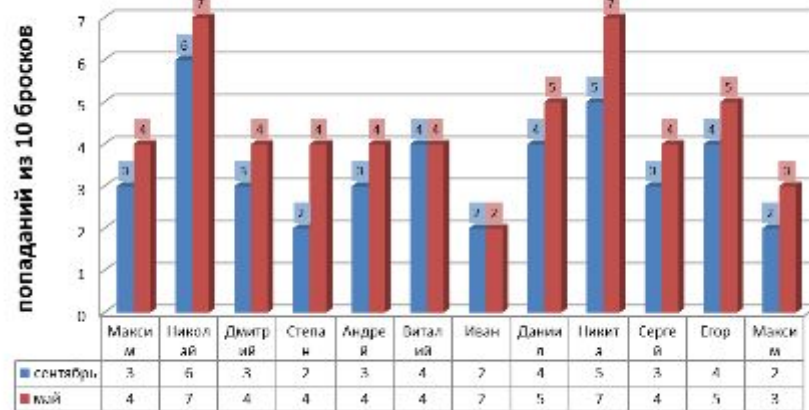
# Спортивные показатели: ЛОВКОСТЬ

### Бросок в кольцо (девочки)

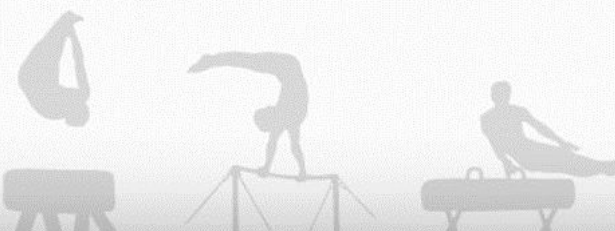


Ученик

### Бросок в кольцо (мальчики)

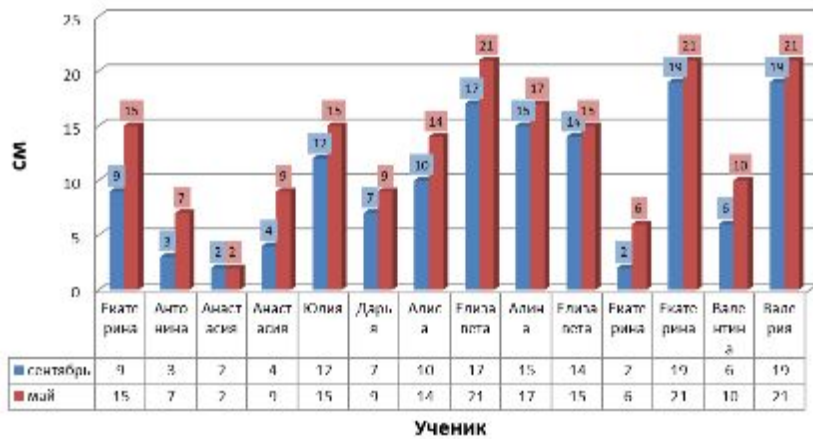


Ученик

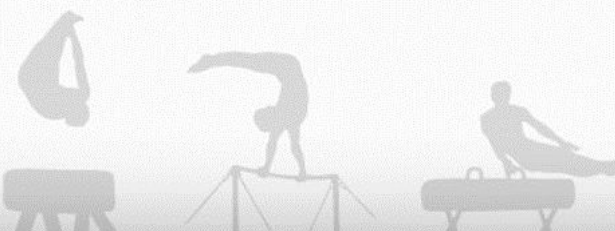
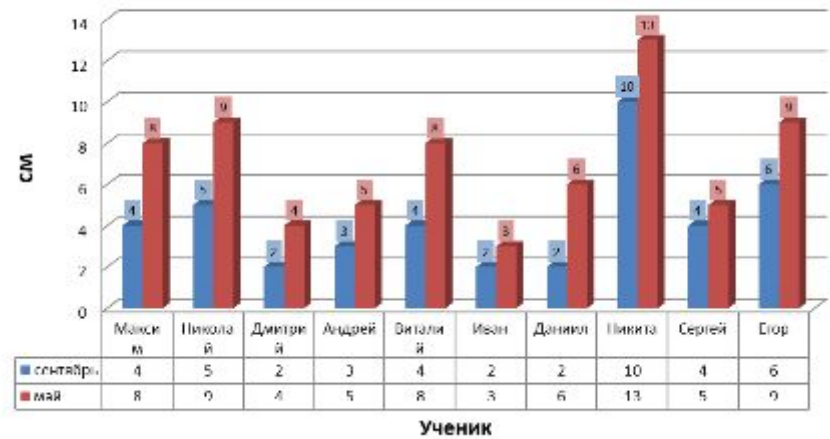


# Спортивные показатели: гибкость

### Наклон на гибкость (девочки)



### Наклон на гибкость (мальчики)





Достижение поставленных жизненных целей

Повышение уверенности в себе, развитие силы воли

Укрепление здоровья, повышение иммунитета, снижение заболеваемости

Высокая работоспособность, хорошее настроение, активный образ жизни

Укрепление мышечной системы

Сила, выносливость



# Сильный и целеустремленный человек

Улучшение кровоснабжения мозга

Улучшение интеллектуальных способностей

Физкультура



и спорт



# Физическая культура

Умение не  
сломиться  
перед  
трудностями

Дисципли-  
нирован-  
ность

Усердие

Волевой  
характер

Стремлени  
е к  
результату

Сила

Ловкость

Быстрота

Выносли-  
вость

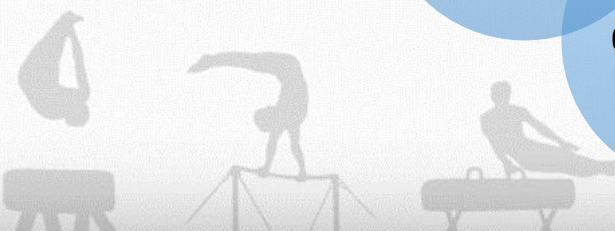
Учит  
бороться и  
побеждать

Стойкость

Трудолюби  
е

Смелость

Умение  
превзойти  
себя





**Спасибо за  
внимание!**

