

A stylized map of Russia is shown with a blue upper half and a red lower half, mimicking the Russian flag. The map is set against a white background with a large, light gray circular arc behind it. To the right of the map is a large black silhouette of a gymnast in a handstand position, suspended by two ropes. At the bottom right, there are three smaller, faint gray silhouettes of gymnasts in different poses: one on a pommel horse, one on a vaulting horse, and one on a pommel horse.

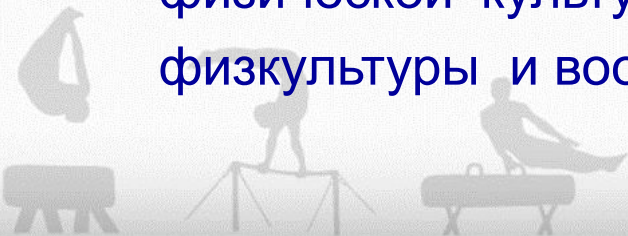
Россия – это сила!

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

Задач

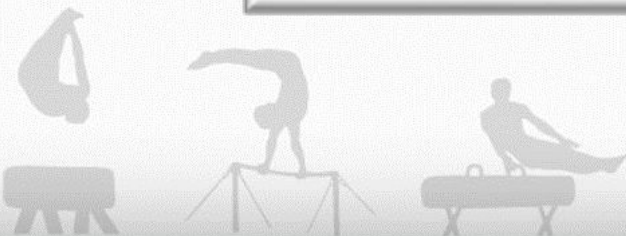
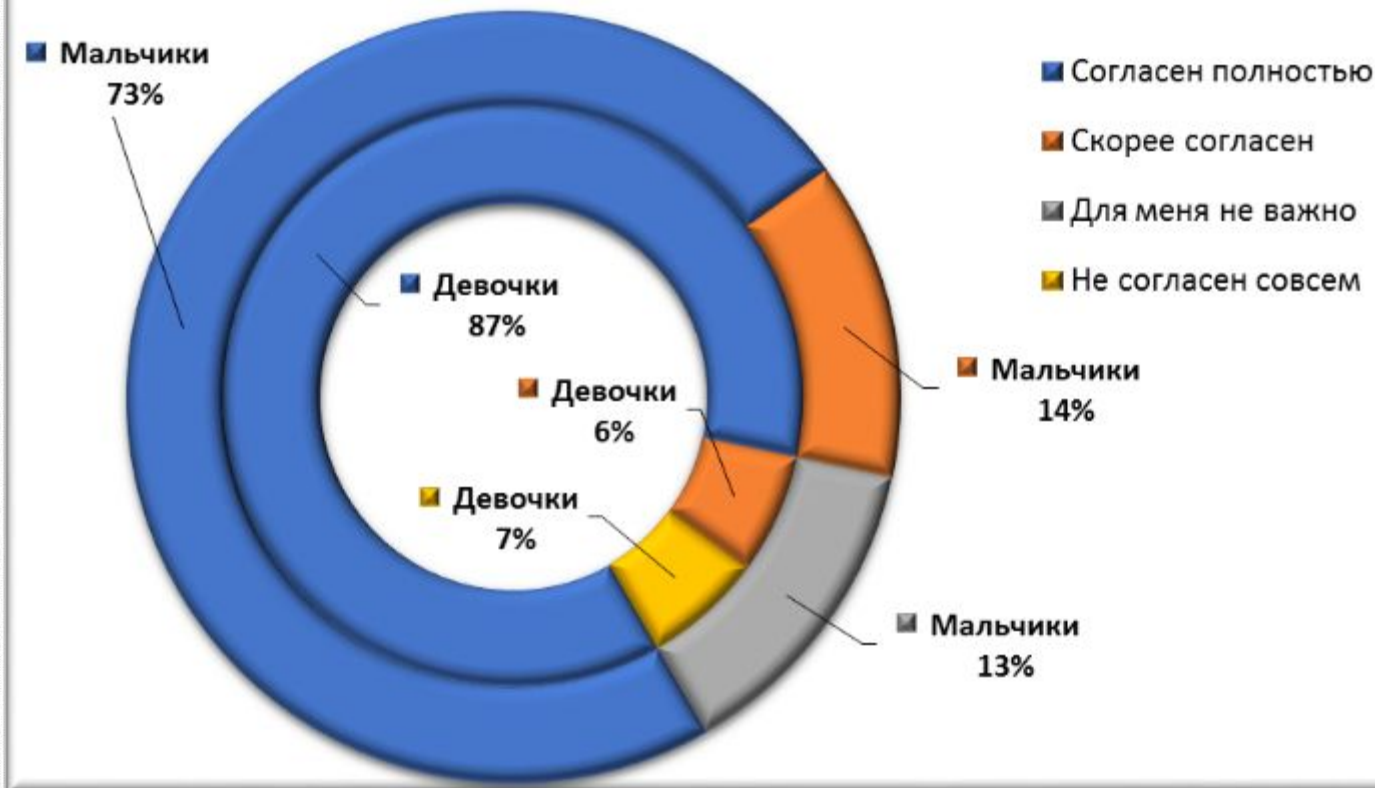
И:

- ✓ 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



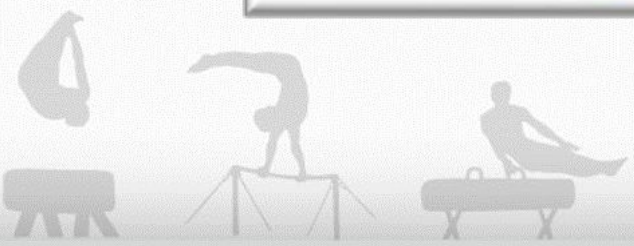
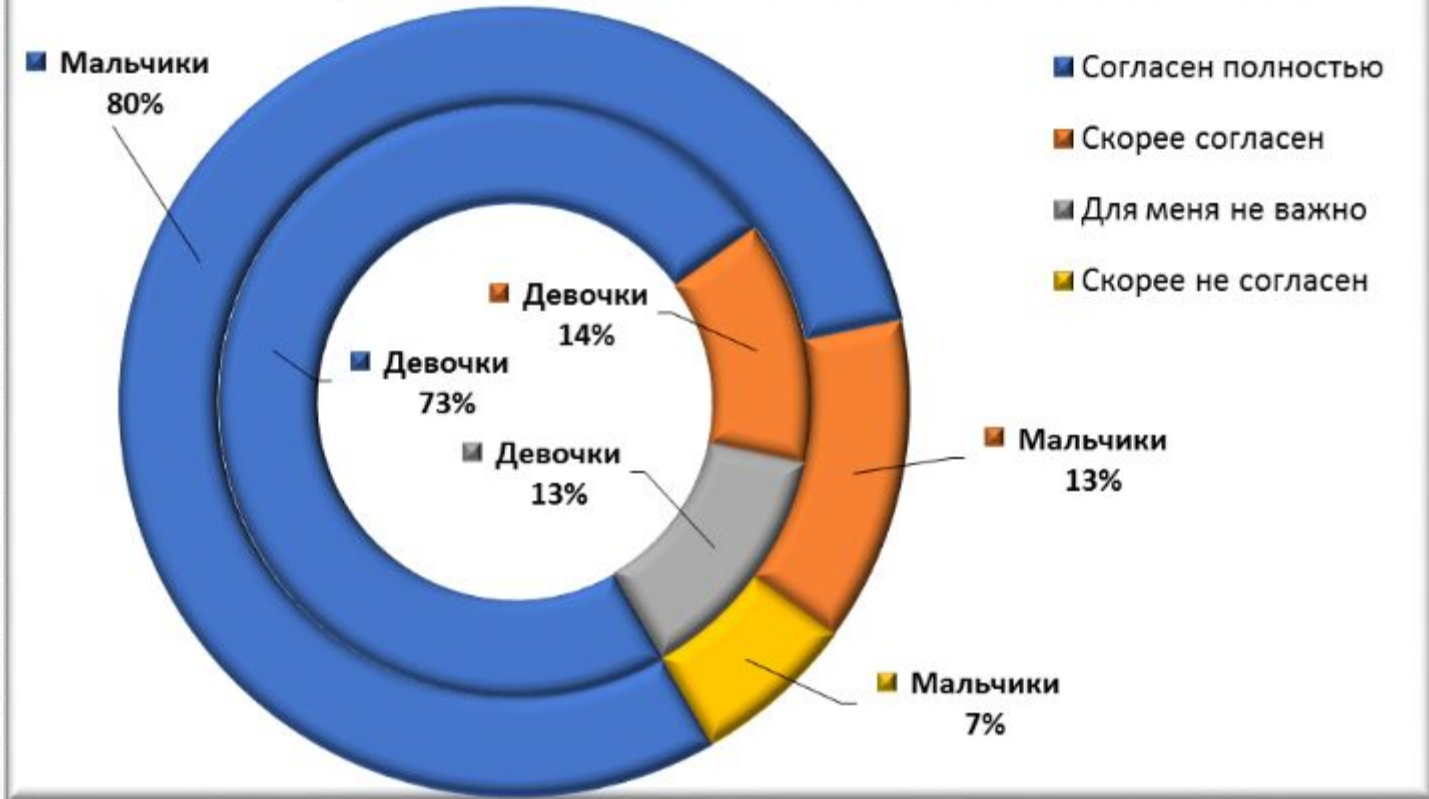
Результаты

Физкультура укрепляет мое здоровье



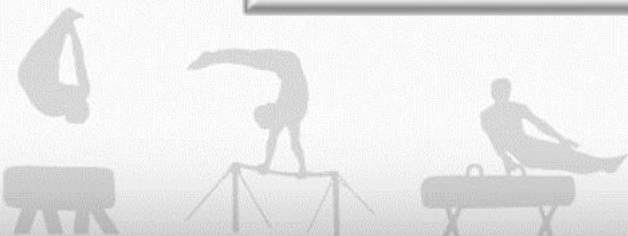
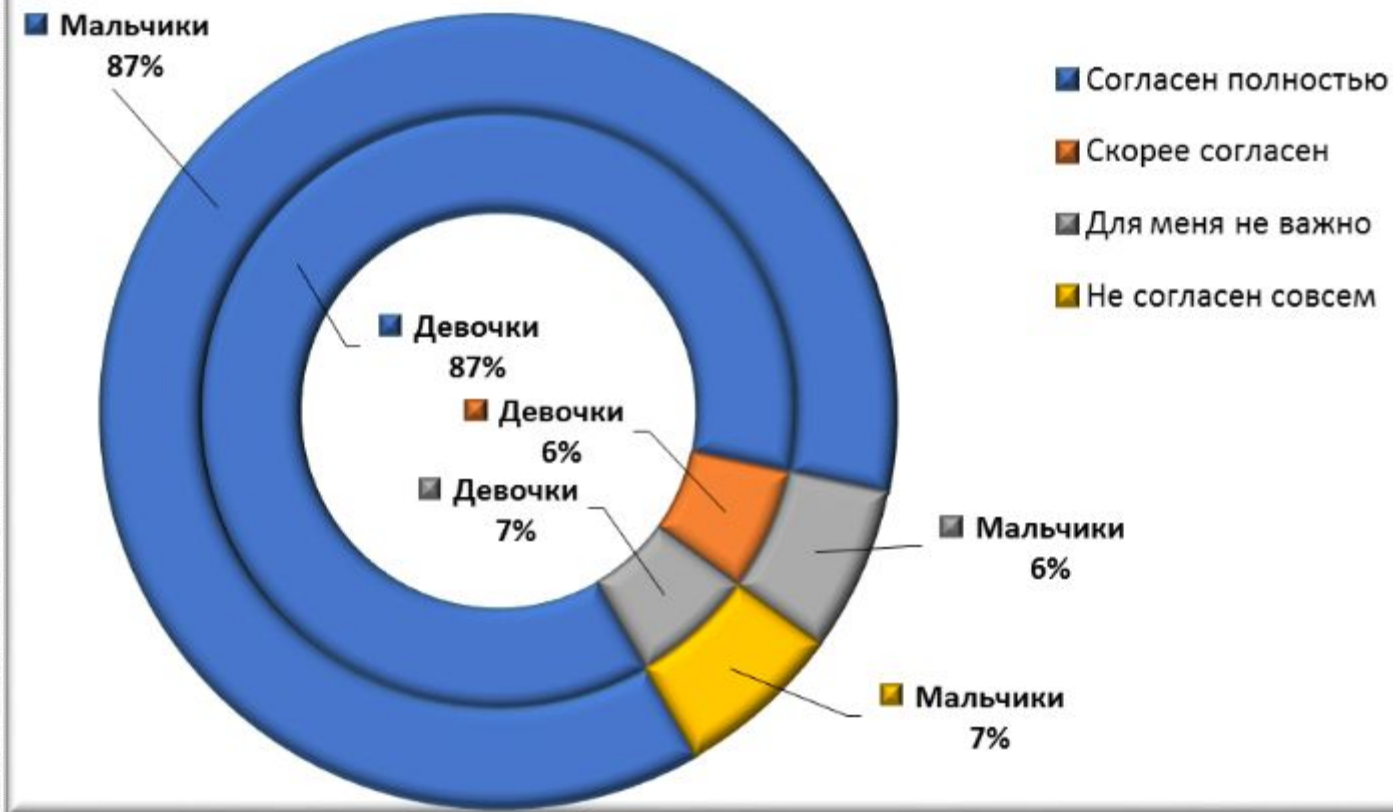
Результаты

Физкультура развивает целеустремленность



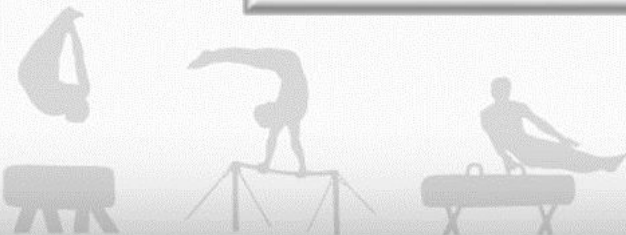
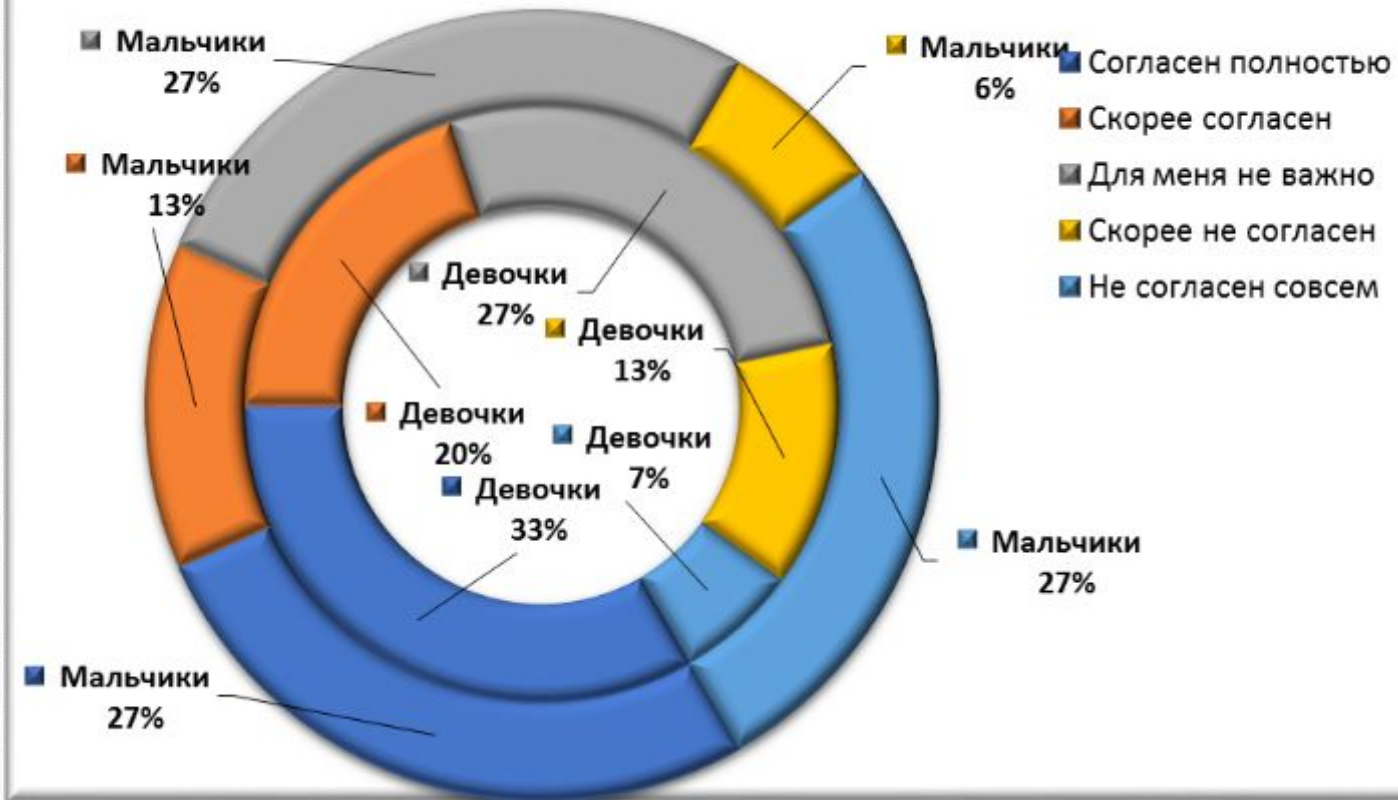
Результаты

Физкультура пригодится в дальнейшей жизни



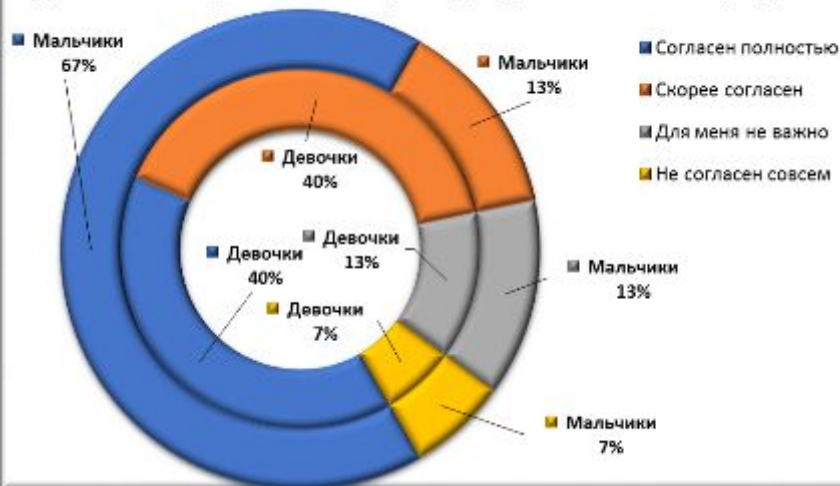
Результаты

Занятия физкультурой и спортом - это модно и престижно

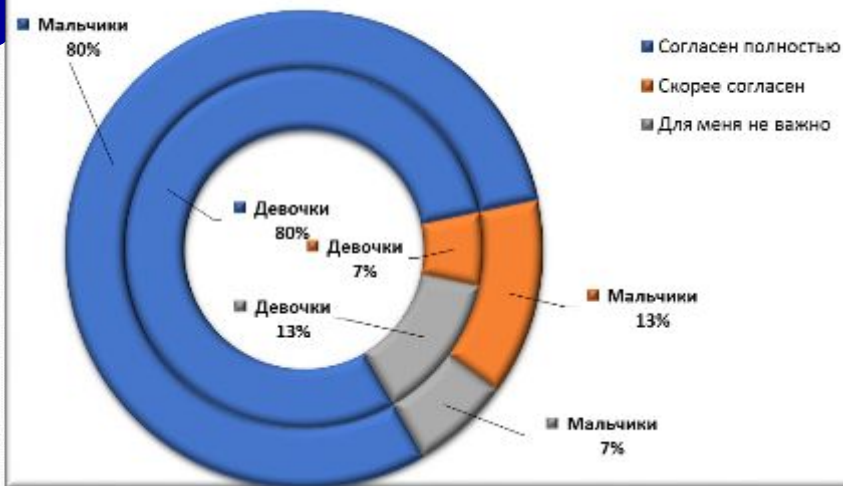


Результаты

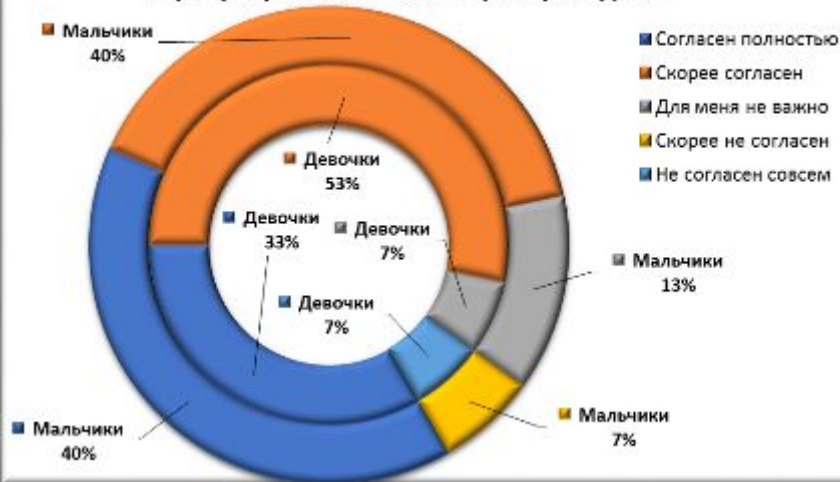
Движение и физическая культура доставляют мне радость



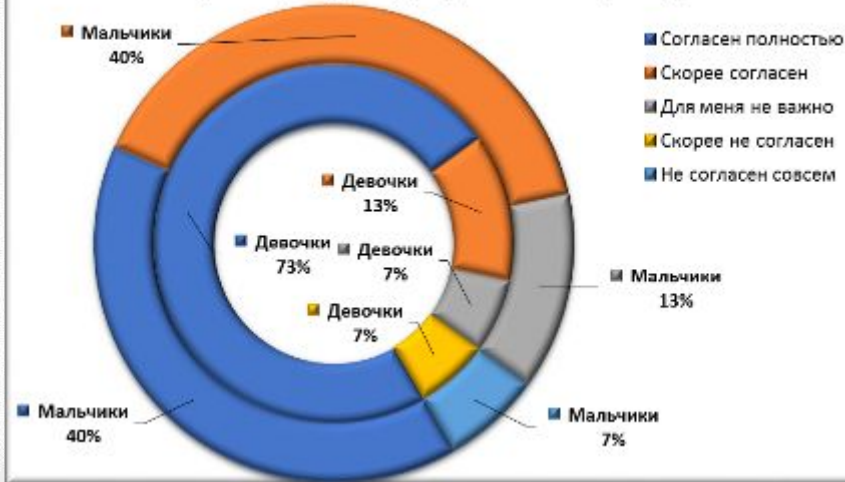
Я занимаюсь физкультурой с удовольствием



Я регулярно занимаюсь физкультурой



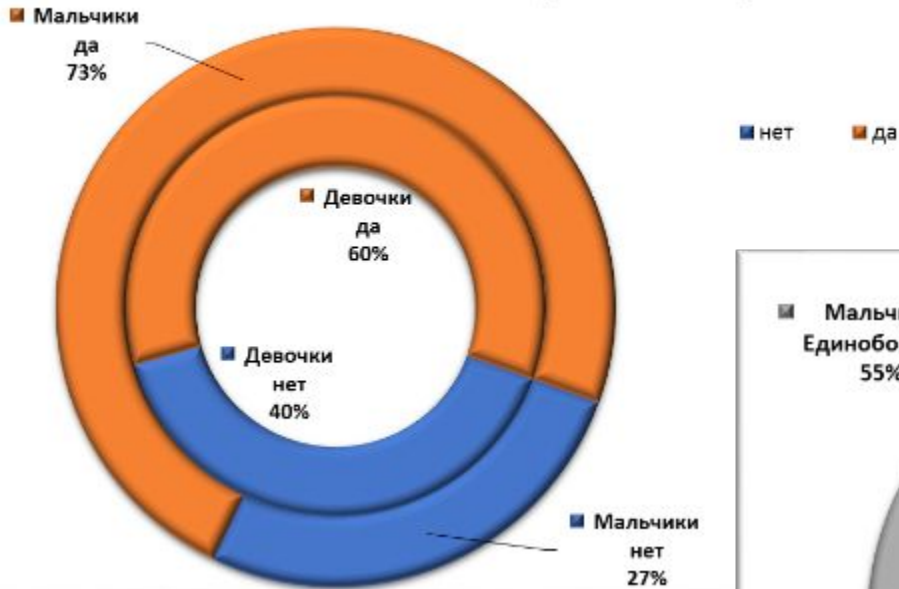
Интерес к физкультуре у меня не пропадает



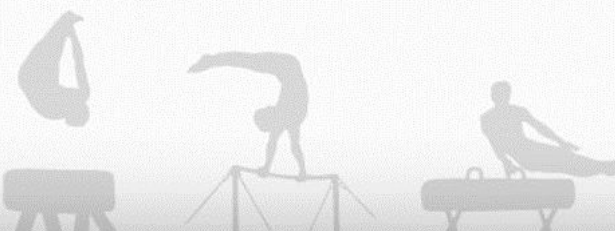
Результаты

Обучения

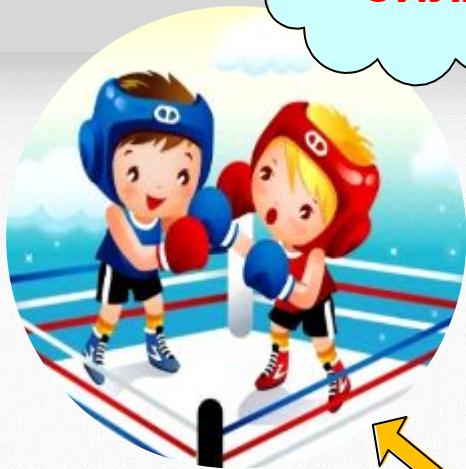
Занимаешься ли ты в спортивной секции



Спортивные секции



СИЛА



**ВЫНОСЛИВОС
ТЬ**



**БЫСТРОТ
А**



**ЛОВКОСТ
Ь**



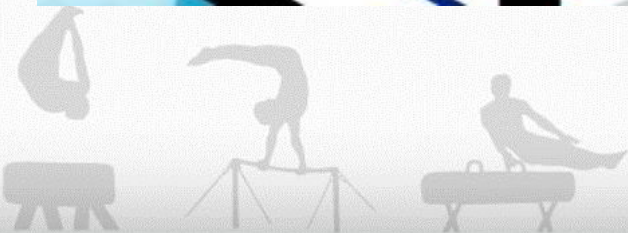
**ГИБКОСТ
Ь**



Сила



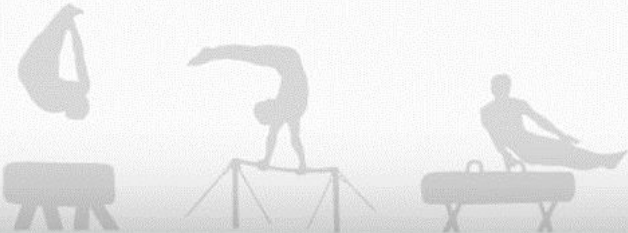
Сила - это способность человека совершать действия с определенным мышечным напряжением



Выносливость



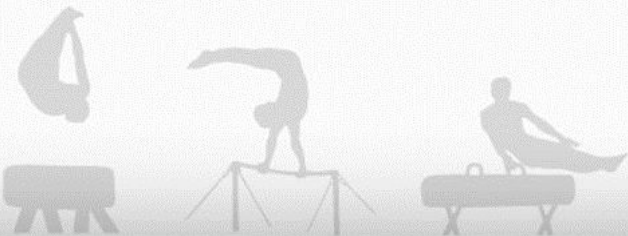
Выносливость - это способность человека значительное время выполнять работу без снижения мощности нагрузки ее интенсивности или способность организма противостоять утомлению



Быстрота



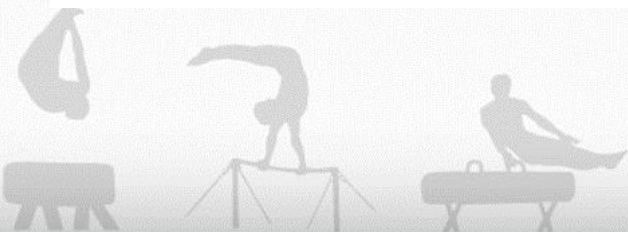
Быстрота - это способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени. Она составляет важную основу, необходимую для успеха в большинстве спортивных игр



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



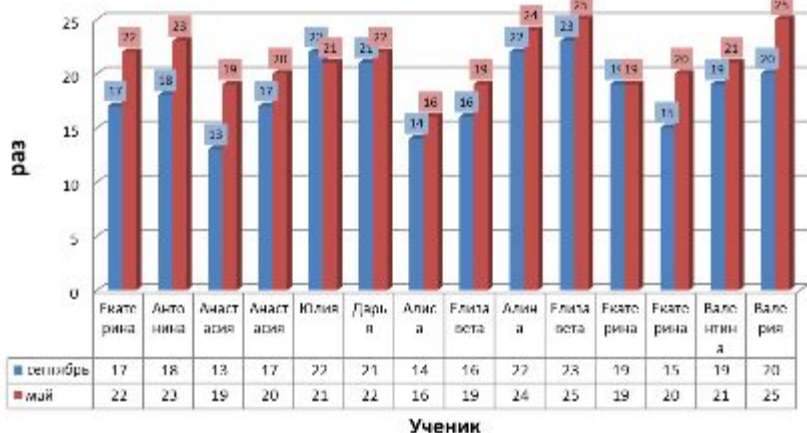
Гибкость – это физическая способность человека выполнять двигательные действия с необходимой амплитудой движений



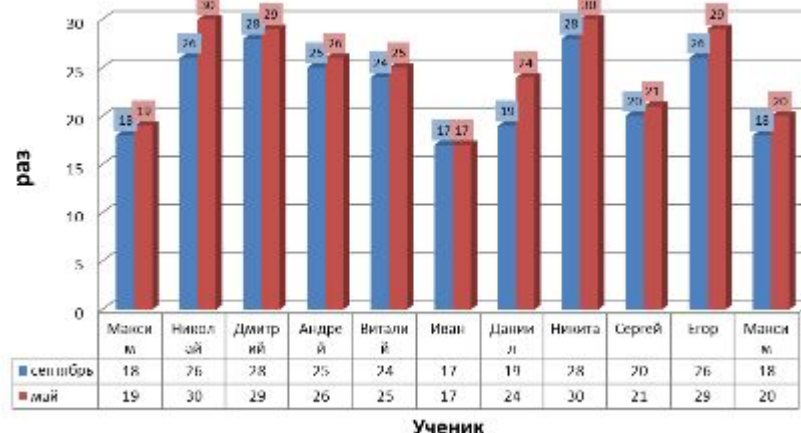
Спортивные показатели:

сила

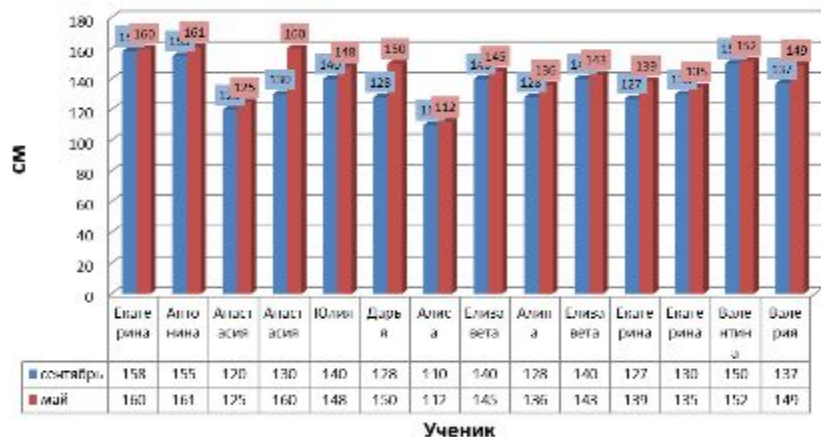
Подъем туловища за 30 сек (девочки)



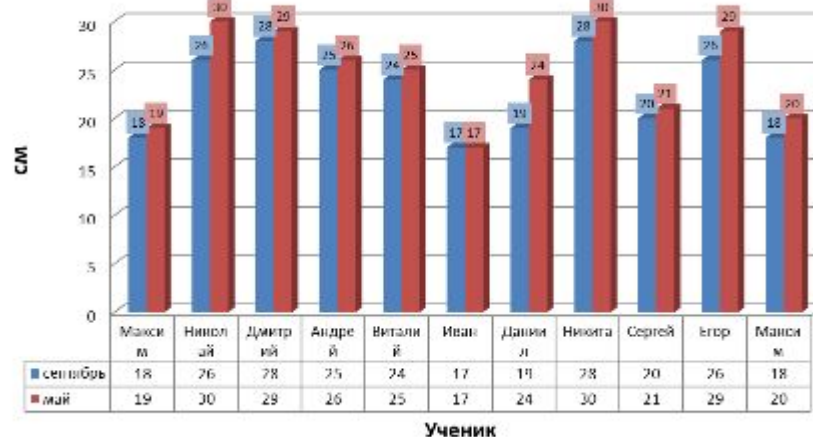
Подъем туловища за 30 сек (мальчики)



Прыжки в длину с места (девочки)

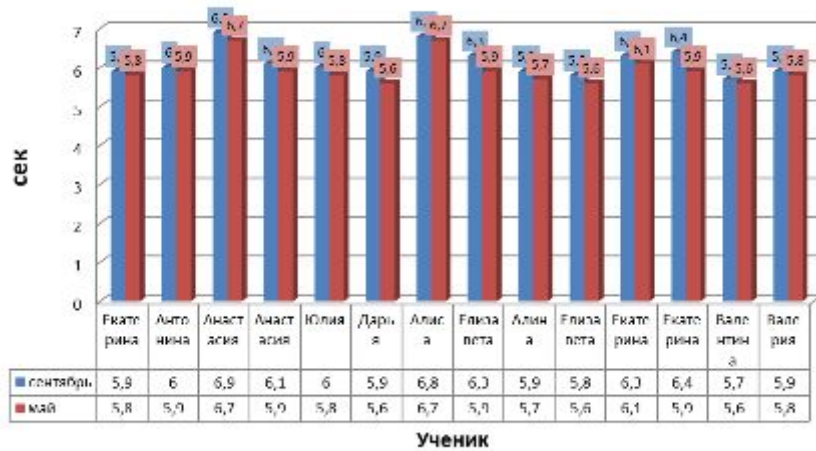


Прыжки в длину с места (мальчики)

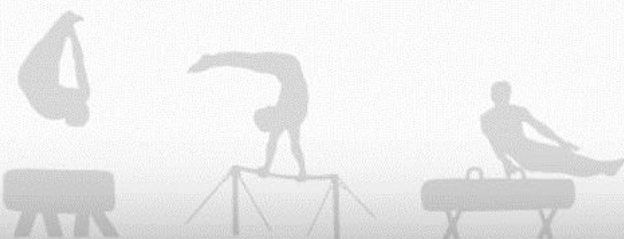
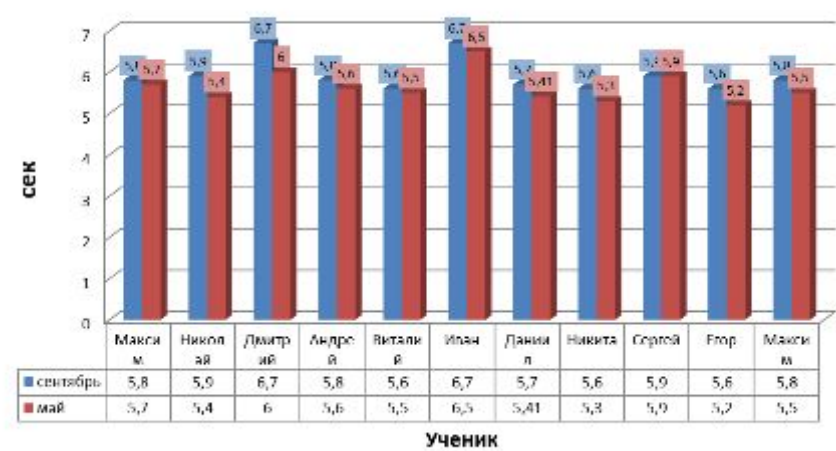


Спортивные показатели: быстрота

Бег 30 м (девочки)

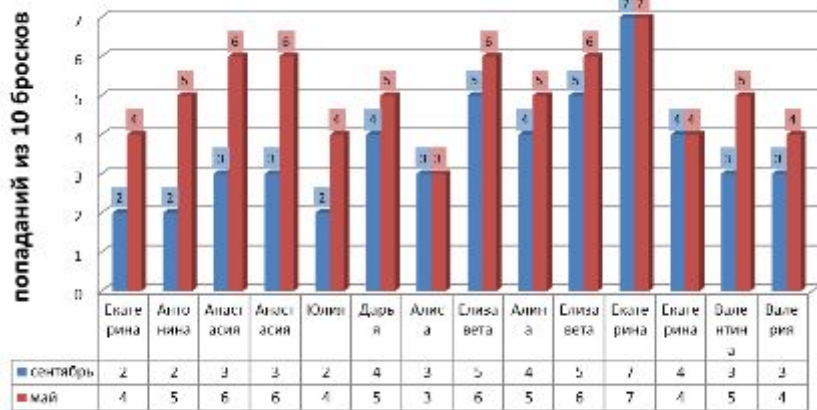


Бег 30 м (мальчики)



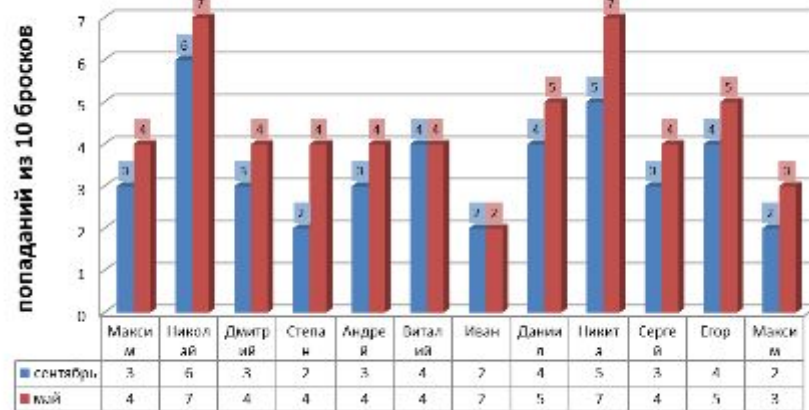
Спортивные показатели: ЛОВКОСТЬ

Бросок в кольцо (девочки)

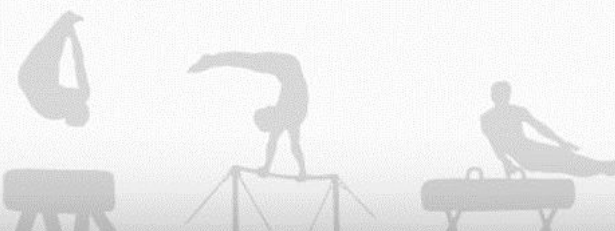


Ученик

Бросок в кольцо (мальчики)

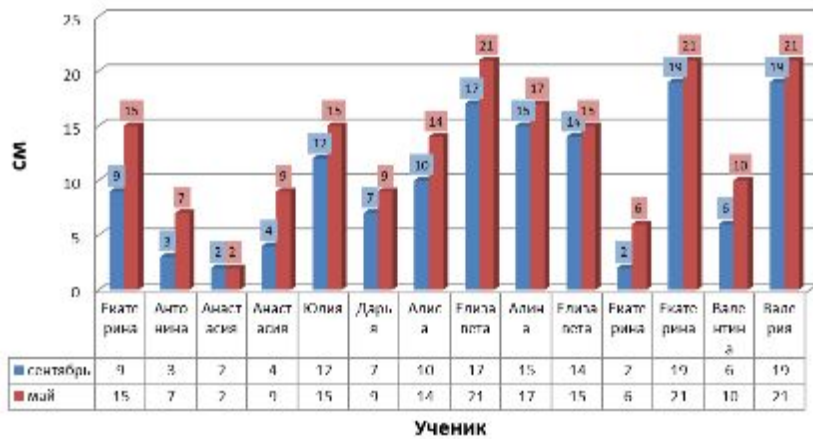


Ученик

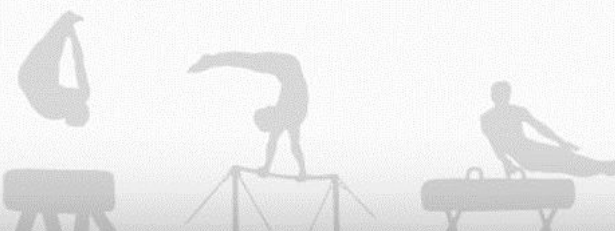
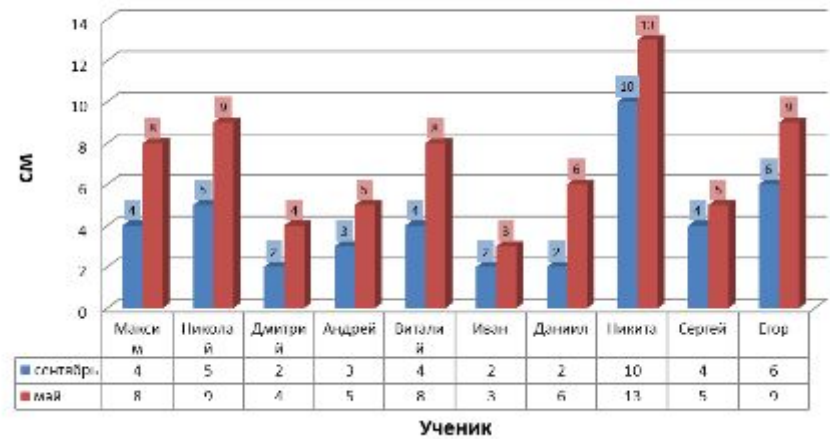


Спортивные показатели: гибкость

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

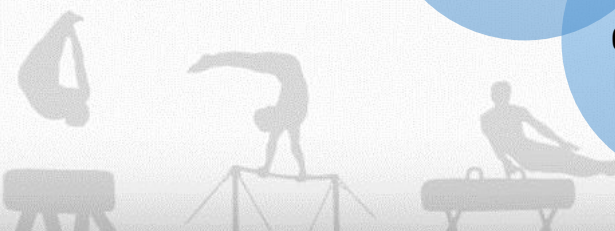
Учит
бороться и
побеждать

Стойкость

Трудолюби
е

Смелость

Умение
превзойти
себя



**Спасибо за
внимание!**

