


Какой вид спорта лучше?

Презентацию выполнила
Матвеева Ирина Ивановна
Учитель физической
культуры



Что мы хотим узнать?

- **Познакомиться с некоторыми видами спорта.**
 - **Узнать как влияют занятия спортом на организм человека.**
- 

Виды спорта





Фигурное катание

- *помогает человеку в повседневной жизни быть собранным, спокойным, уравновешенным.*





Акробатические упражнения

- **мосты и шпагаты** — помогают сохранять равновесия,
- **стойки** — упражнения, связанные с сохранением вертикального положения тела «вверх ногами»



Баскетбол

- *Популярная спортивная игра.*
- *Помогает укреплять мышцы и кости, совершенствует движения.*



Футбол

- В Британии игра в мяч началась как развлечение на ежегодных народных гуляниях в масленую неделю.
- Занимаясь футболом становишься быстрым, ловким.





Лыжный спорт

- *Один из самых массовых видов спорта в Российской Федерации.*
- *Бегая на лыжах станешь красивым, сильным, здоровым.*



Как влияют занятия спортом на организм человека?

- Спорт дает жизненные силы и доставляет удовольствие.
- Это лекарство от заболеваний.
- Заниматься спортом можно только под наблюдением тренера и после медицинского осмотра.



Выводы

- Все виды спорта полезны для человека.
- Хочешь иметь красивую осанку - плавай.
- Хочешь быть высоким- занимайся баскетболом.
- Хочешь быть сильным займись боксом.



Где мы это узнали?

- *Ланфранши П., Айзенберг К., Мейсон Т., Валь А. FIFA 100 лет. Век футбола. — М.: Махаон, 2006. - с. 312.*
- <http://ru.wikipedia.org/wiki/>