

# "ЛЫЖНЯ ДЛЯ ВСЕХ!"

Тема проекта:  
Лыжная подготовка.

Участники проекта: учащиеся 10 класса

Руководитель проекта: Окунева Наталья Александровна

# КАК ПОДДРУЖИТЬСЯ С ЛЫЖАМИ?

## ВОПРОСЫ УЧЕБНОЙ ТЕМЫ:

- Для чего и когда применяются лыжи?
- Какую роль в жизни человека имеют занятия на лыжах?
- Какие санитарно-гигиенические требования важно соблюдать для занятий на лыжах?
- Какие виды лыжного спорта существуют?
- Техника лыжных ходов.
- Как проводятся соревнования по лыжным гонкам?
- Виды и способы смазки лыж.

# Цель проекта:

Расширение знаний по лыжной подготовке и пропаганда лыжного спорта.

## Участвуя в проекте вы научитесь:

- Находить, обрабатывать и обобщать необходимую информацию, пользуясь различными источниками, в том числе интернет.
- Пользоваться компьютерными программами: Microsoft Word, Microsoft PowerPoint, Microsoft Publisher для оформления результатов своей творческой работы.
- Использовать созданный материал для пропаганды знаний по лыжной подготовке в 5-10 классах.

# ЭТАПЫ И СРОКИ ПРОЕКТА:

1. Выбор темы (сентябрь)
2. Подбор информации (октябрь)
3. Создание творческих отчетов (ноябрь)
4. Защита проектов (декабрь)
5. Уроки лыжной подготовки (январь)
6. Подведение итогов (февраль)

# ТЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЙ:

- **В зеркале истории.**  
*(Возникновение, развитие и применение лыж, лыжного спорта).*
- **Готовь лыжи летом.**  
*(Виды и способы смазки лыж.)*
- **Лыжная стихия.**  
*(Виды лыжного спорта.)*
- **Лыжные маршруты.**  
*(Техника лыжных ходов, спусков, подъемов и их применение.)*
- **Внимание! На старт!**  
*(Правила проведения соревнований по лыжным гонкам.)*
- **Легенды лыжного спорта.**  
*(Олимпийские чемпионы и их путь к победе.)*

# ФОРМЫ ТВОРЧЕСКИХ ОТЧЕТОВ:



- Презентация
- Буклет
- Веб-сайт
- Реферат



# ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ:

- Защита творческих отчетов учениками 10 класса.
- Награждение участников и победителей проекта.
- Лучшие работы будут использованы на уроках лыжной подготовки в 5-10 классах.
- Всех участников проекта ждет лыжный поход.