

Исследовательский проект:
**«Кто любит спорт, тот
здоров и бодр»**

Подготовил: Карапетян Давид,
обучающийся 2 класса

2020 г.



Цель данного проекта:

- познакомиться с историей спорта;
- выявить влияние спорта на здоровье, физическую подготовку и учёбу меня и моих одноклассников.

Задачи данного проекта:

- изучить, что такое спорт и здоровый образ жизни;
- узнать, что дают занятия спортом;
- узнать, как правильно заниматься физической культурой, чтобы не навредить здоровью;
- определить, для чего нам нужна физическая культура в школе, нужно ли посещать спортивные секции;
- провести опрос и выяснить отношение к спорту моих одноклассников и сделать выводы;
- показать роль занятий каратэ.



С древнейших времён люди охотились, ловили рыбу, защищали свои жилища. Для этого им нужно было быть : сильными, ловкими, быстрыми, меткими.





**Пять колец, пять кругов -
Знак пяти материков.
Знак, который означает
То, что спорт объединяет!**

Олимпийские игры (776г. до н.э. – 393г. н.э.)

















Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку —

Утром сделаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье —

Бег полезен и игра

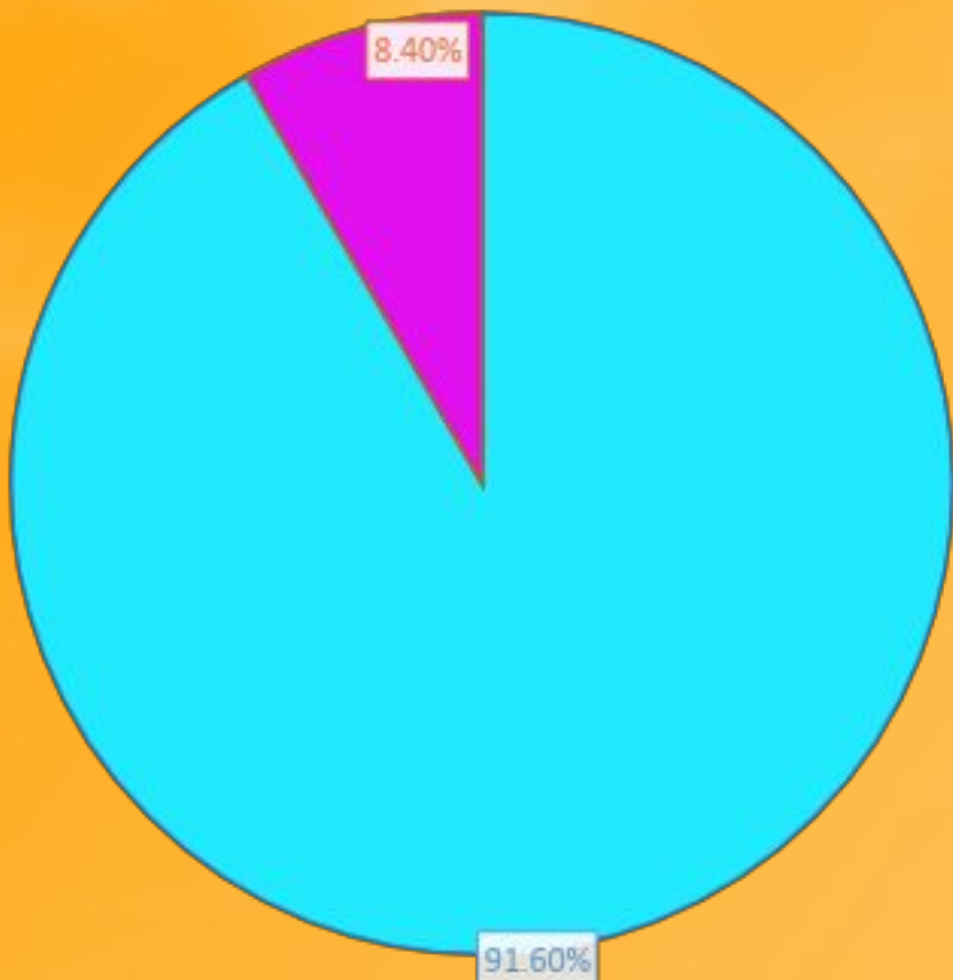
Занимайся детвора!



Мой дружный 2-ой класс



Диаграмма по результатам опроса: «Любите ли вы спорт?»



**Говорят: «В здоровом
теле - здоровый дух!»**





Диплом

Награждается

Каранетян Давид

за III место

в категории мальчики 7 лет, до 35 кг

в Первенстве Суджанского района

по вестилевому каратэ

Главный судья соревнований,
IV Дан по каратэ



В.С.Горохов

21 апреля 2019 года
г. Курск

ДИПЛОМ

II степени

НАГРАЖДАЕТСЯ

Каранетян Давид

в категории мальчики 7 лет, до 30 кг

в Первенстве Обоянского района

по вестилевому каратэ



ДИПЛОМ

НАГРАЖДАЕТСЯ

Каранетян Давид

за II место

в категории мальчики 7 лет, до 30 кг

в Областном турнире
по вестилевому каратэ «Надежды России».

Главный судья соревнований,
IV Дан по каратэ



В.С.Горохов

9 ноября 2019 год
г. Курск







АССОЦИАЦИЯ
ВИТЯЗЕЙ



СЕРТИФИКАТ

ВРУЧАЕТСЯ

За участие в зимнем
учебно-тренировочном семинаре по каратэ

ВСЕВОЛОДА ПОПОВА

Каратешен Давиду

Председатель КРО ОСОУ
«Федерация всестилевого
каратэ России», IV дан

Горохов В.С.



4-х кратный Чемпион Мира,
14-ти кратный Чемпион Европы
по каратэ Сётокан

Попов В.М.



Курск, 8-11 января 2020 года





Спорт способствует формированию самооценки и самоуважения.

**Так тянет всё, устал я, но сдаваться нельзя.
Если остановлюсь, то это буду не я.
И всё так болит, но я же силен:
Мой дух с моим телом мечтой закреплён.**

**Удар, ниже стойка, и снова удар.
А фраза «нет, плохо» — страшней всяких кар.
И пот застилает туманом глаза,
Но, всё же, сквозь них не пробьётся слеза.**

**С улыбкою гордой стремлюсь я бороться,
И ежели снова мне враг попадётся,
То в спину не бью я, душою я чист.
А почему? Ведь я — РУКОПАШНИК И КАРАТИСТ.**





I

**Карпетян
Давид**

**«Спорт не любит ленивых,
Тех, кто быстро сдается.
Ненадежных, трусливых.
Он над ними смеется.
Благосклонен он очень
К тем, кто духом силен.
И победы дарует
Лишь выносливым он».**

