

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**

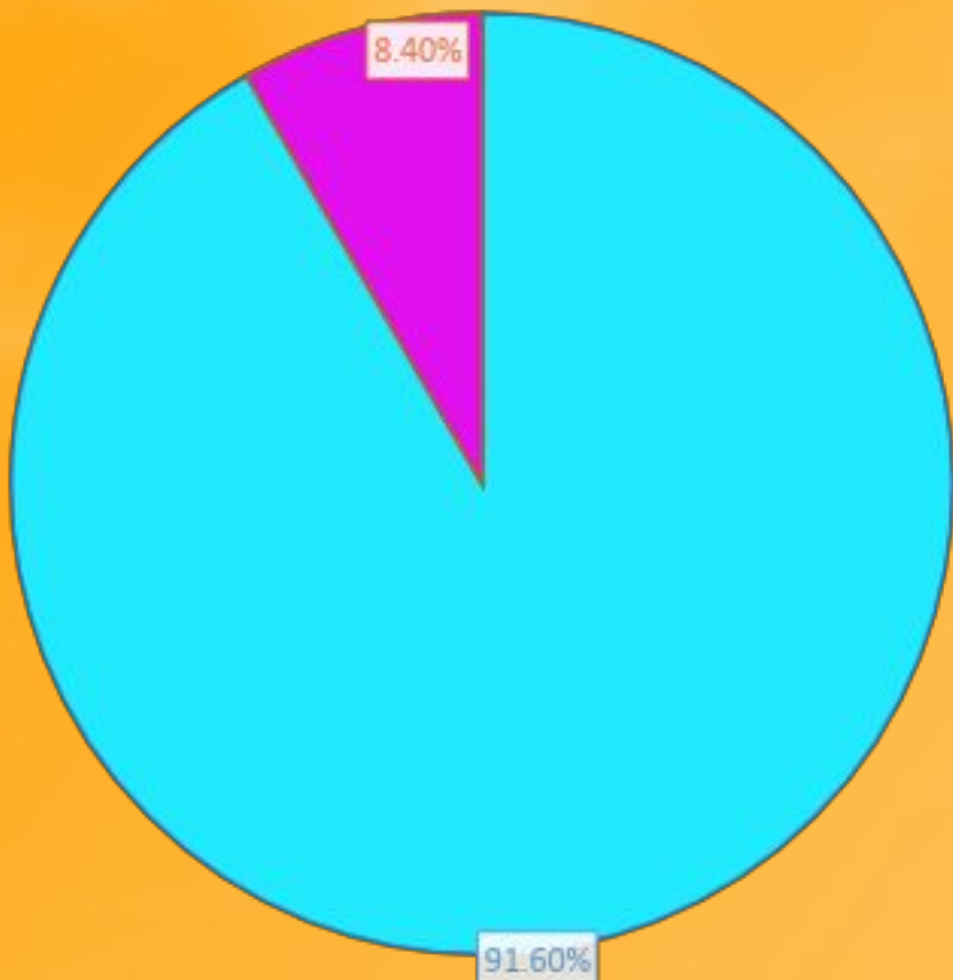
**Занимайся детвора!**



# 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

**Карапетян  
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».**

