

В здоровом теле- здоровый дух!

**Я выбираю
СПОРТ!**



А ТЫ?

*Автор: Мамитова
Этери
МКОУ Листвянская
СОШ*

Актуальность

Спорт в нашей жизни, обусловлен тем, что в настоящее время происходит постоянный рост требований к физическим возможностям, нравственным и морально-волевым качествам человека. Занятия спортом – состязания, конкуренция, стремление к максимальным результатам дает возможность человеку адаптироваться к сложным жизненным условиям. Безусловно, спорт – явление культурной жизни. В нем человек стремится расширить границы своих возможностей, рождаемых успехами и не удачами. Спорт – это соревновательная деятельность и специальная подготовка к ней. Здоровый спортивный образ жизни обладает широким позитивным спектром воздействия на различные стороны проявления организма и личности человека.

Цели и задачи

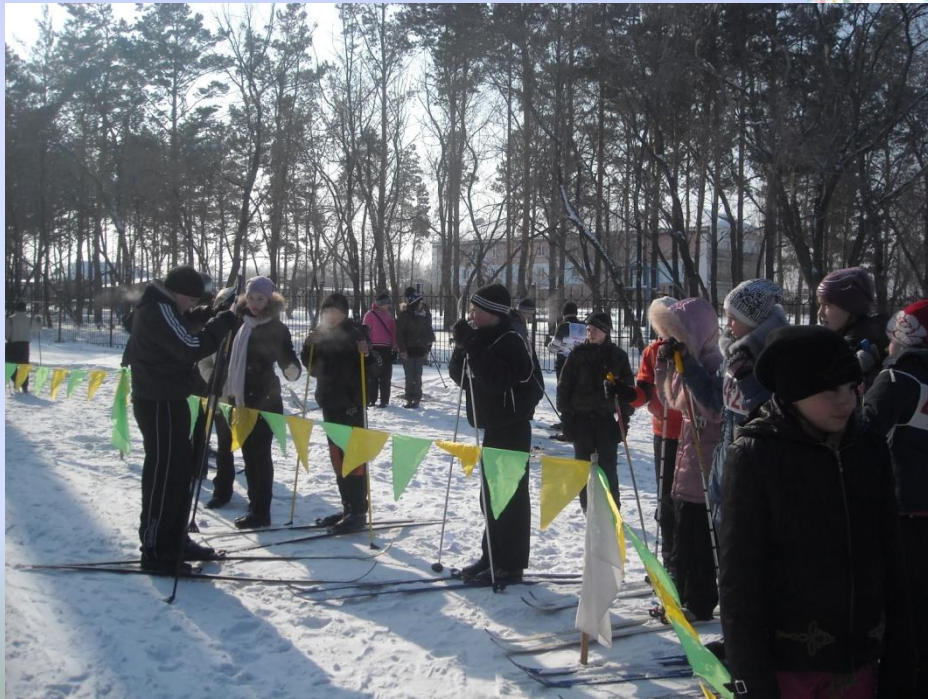
- Выявить влияние спорта на образ жизни человека;
- Привить интерес к занятиям спортом.

Предмет исследования

Отношение взрослых и детей к здоровому образу жизни.



Молодежь нашего поселка активно занимается спортом, а также принимает участие в районных соревнованиях!



О роли физической культуры написано много трудов и различных статей. Велика роль спорта в становлении характера молодого человека, формировании его ценностей, решении проблем общения.



Спорт – это здоровье, спорт – это стиль жизни, спорт – это отдых, спорт – это способ времяпровождения.



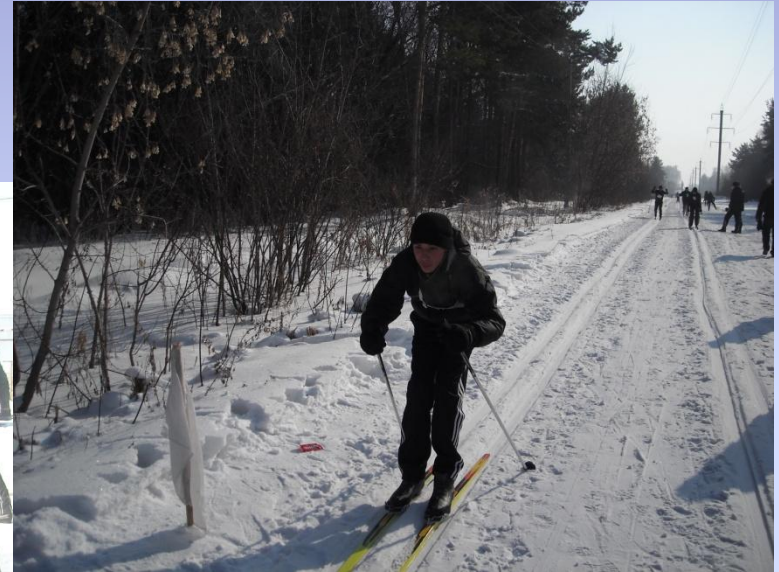
Хотелось бы, чтобы подрастающее поколение понимало, что самое важное в жизни человека- это здоровье, которое поддерживается благодаря занятию спортом!





Гипотеза моего исследования: Ст

– это не только увлечение, но и образ жизни взрослых и детей!



В работе использовались материалы из школьной галереи





В настоящее время, на жизнь человека пагубное влияние оказывает алкоголь, наркотики и курение! Мне бы хотелось, чтобы люди оставили все вредные привычки и больше задумывались о здоровом образе жизни. Я считаю, что людей нужно призывать к занятиям спортом!

Предложения:

- Создать ролики, клипы с участием знаменитых спортсменов, артистов , которые бы пропагандировали и мотивировали на занятия спортом и ЗОЖ, распространить их с помощью радио, телевидения , интернета.
- Создать большее количество спортивных клубов по интересам, которые будут бесплатны и доступны для посещения среднестатистическому гражданину.

Заключение

Спорт – неотъемлемая часть жизни человека. Спорт не только полезен, но и интересен. Существуют различные виды спорта, в зависимости от своих предпочтений и возможностей, мы можем выбрать плавание или бег, футбол или теннис и т.д. Спорт имеет древнюю историю и в настоящее время его значение с каждым годом возрастает. Закончить свою работу хотелось бы словами В.В. Путина, которые стали девизом для учащихся нашей школы: «Детский и молодежный спорт – фундамент здоровья страны».

Используемые источники:

- Школьная галерея;
- <https://infourok.ru>
- <https://nsportal.ru>

Спасибо за внимание!