

# ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ: СПОРТ В НАШЕЙ ЖИЗНИ



Проект выполнил  
Сорокин Сергей ученик 9 в класса  
МКОУ СОШ № 5 г. Алзамай

# Введение

- В спорте удачно сочетаются подвижные игры и физическими упражнениями.
- Стимулом спорта является радость, которая доставляет человеку сознание своего физического развития.
- Подвижных игр было и имеется бесконечное множество. Часто они являются лишь желанием человека развить свои силы.
- Но когда игры приобретают целеустремленность, они становятся спортом.



# Виды спорта



- Наиболее популярными являются игровые виды спорта: футбол, волейбол, баскетбол, хоккей, гандбол. Эти виды спорта отличаются особой зрелищностью.

- Циклические виды спорта: легкая атлетика, плавание, конькобежный спорт, биатлон, лыжные гонки и др.



Боевые виды спорта: бокс, самбо, кикбоксинг, вольная борьба, дзюдо, фехтование и др.

# Задачи моей работы :

- ▣ Показать значения физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья.
- ▣ Показать, что благодаря занятиям спортом можно стать не только физически сильным и здоровым, но и целеустремлённым.
- ▣ Пропагандировать здоровый образ жизни.



# Что значит для меня спорт :

- ▣ Спорт – это то, что приносит радость и удовольствие.



- ▣ Спорт учит работать в команде.



▣ Занятия спортом помогает в повседневной жизни.

Занимаясь спортом приобретаешь новых друзей.



# Значение физкультуры для здоровья.

- ▣ Физкультура и спорт имеют серьезное и важное значение - это сила и здоровье нации.
- ▣ Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического благополучия.
- ▣ Оздоровливает психику и снимает стресс.
- ▣ Укрепление нервной и иммунной системы.
- ▣ Исправление плоскостопия, повышение гибкости тела.
- ▣ Замедляет процесс старения организма.



# Спорт в моей жизни.







# Выводы

- ▣ Занятие физкультурой и спортом полезны для укрепления здоровья.
- ▣ Если хочешь стать целеустремленным, ловким, уверенным в свои силы занимайся спортом.
- ▣ Наше увлечение мы хотим передать другим ребятам, заинтересовать их , приобщить к спорту.
- ▣ Занимаясь спортом приобретаешь новых друзей, учишься работать в команде.

