



# Дзюдо – мой любимый вид спорта

Выполнил: Тубаев Ибрахим,  
ученик 3 «б» класса  
МБОУ лицей № 3  
Руководитель: Крещук Н.В.,  
учитель начальных классов.

# Цели исследования.

1

Получить дополнительные знания о дзюдо.

2

Познакомив учащихся с видом спорта дзюдо, пробудить в них больший интерес к теме спорта.

# Гипотеза

Наибольшая осведомленность о данном виде спорта будет способствовать большему вовлечению учащихся в спортивные секции, и тем самым и приобщению к здоровому образу жизни.



# Задачи исследования.

1

Собрать и изучить теоретический материал об истории возникновения дзюдо, особенностях борьбы.

2

Выявить отношение учащихся к данному виду спорта и к спортивным секциям в целом, провести анкетирование.

3

Проанализировать, систематизировать и обобщить материал, сделать выводы.

# Объект и предмет исследования.

Объект исследования: борьба дзюдо.

Предмет исследования: мой опыт тренировок дзюдо и их значение в моей жизни.

# История происхождения дзюдо.



Дзигоро Кано.

Дзюдó (дословно — «мягкий путь») — японское боевое искусство, философия и спортивное единоборство без оружия, созданное в конце XIX века на основе джиу-джитсу, японским мастером боевых искусств, педагогом Дзигоро Кано (1860-1938 г.), который также сформулировал основные правила и принципы тренировок и проведения состязаний.

# Первая школа дзюдо.

Датой рождения дзюдо считается день основания Дзигоро Кано первой школы дзюдо Кодокан (дословно — «Институт изучения Пути») в 1882 году. Институт Кодокан является руководящей организацией мира дзюдо. Занимает девятиэтажное здание в Токио, Япония.



Памятник Дзигоро Кано перед Институтом Кодокан.

# Дзюдо в мире и России.

1

В 1964 году дзюдо вошло в программу Олимпийских игр.

2

В 1988 году дзюдо вошло в программу Паралимпийских игр в Сеуле.

3

Родоначальником отечественного дзюдо является Василий Сергеевич Ощепков (1892-1937).

4

Владимир В. Путин является обладателем чёрного пояса по дзюдо, имеет звание заслуженного тренера.



В.В. Путин - заслуженный тренер по дзюдо.



# Дзюдоги - костюм для занятий дзюдо.



Одежда для дзюдо изготовлена из толстой прочной ткани - «плетенки», рассчитанной на сильные броски и захваты со стороны противника. Костюм дзюдоиста (дзюдоги) должен быть белого или синего цвета.

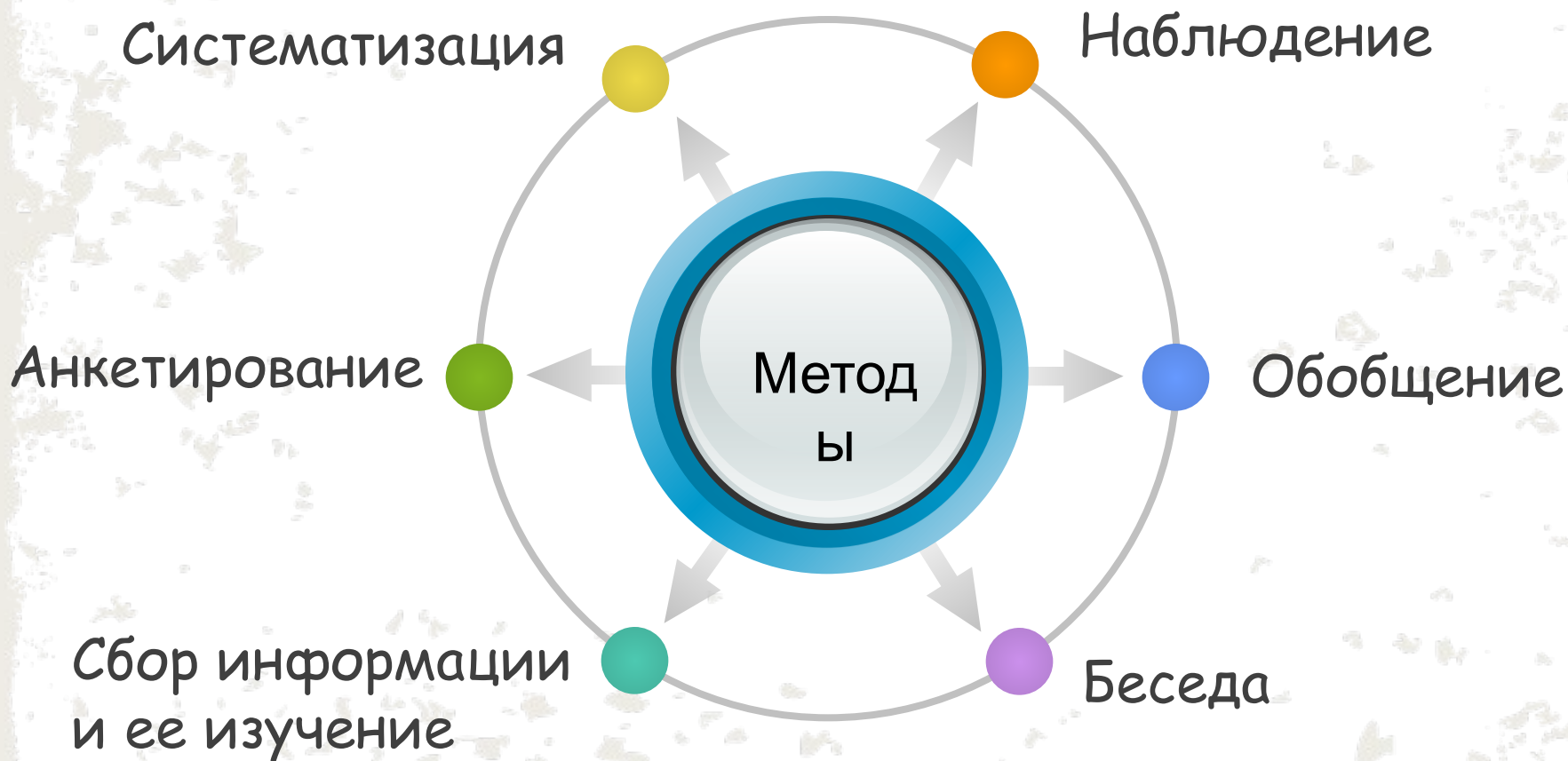
Дзюдоги

# Пояса и ранги.

Белый (6-й кю)	
Жёлтый (5-й кю)	
Оранжевый (4-й кю)	
Зелёный (3-й кю)	
Синий (2-й кю)	
Коричневый (1-й кю)	
Чёрный (1-й..5-й даны)	
Красно-белый (6-й...8-й даны)	
Красный (9-й...10-й даны)	

В зависимости от квалификации дзюдоиста, ему может быть присвоена ученическая (кю) или мастерская (дан) степень. Для спортсменов высших мастерских степеней используются пояса красно-белого (6-й...8-й даны) и красного (9-й...10-й даны, присуждаются за развитие дзюдо) цветов.

# Методы исследования.



# Итоги анкетирования.

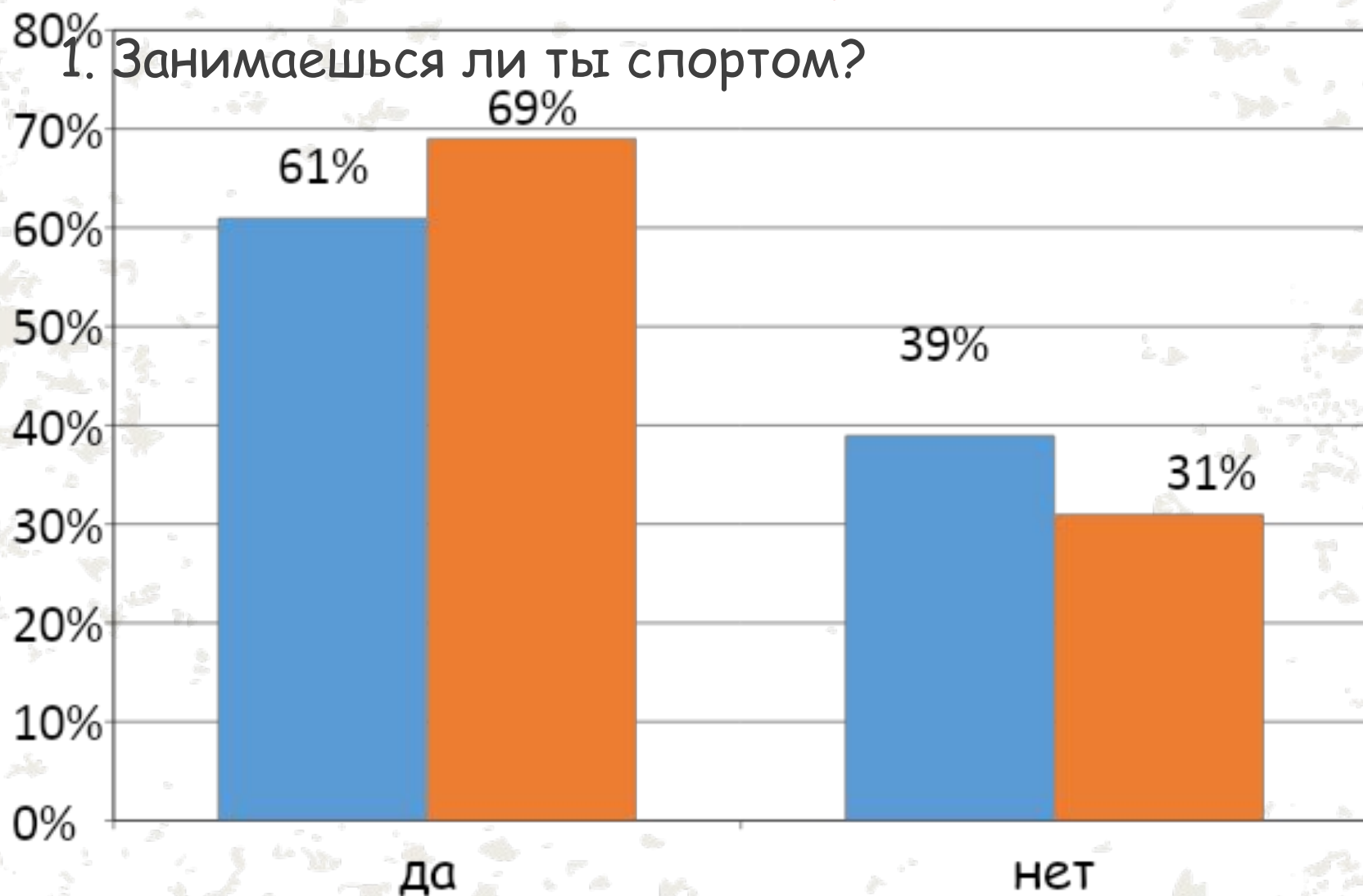


Диаграмма 1. Динамика изменения мнений анкетированных по вопросу

# Итоги анкетирования.

2. Какой вид спорта тебе нравится?

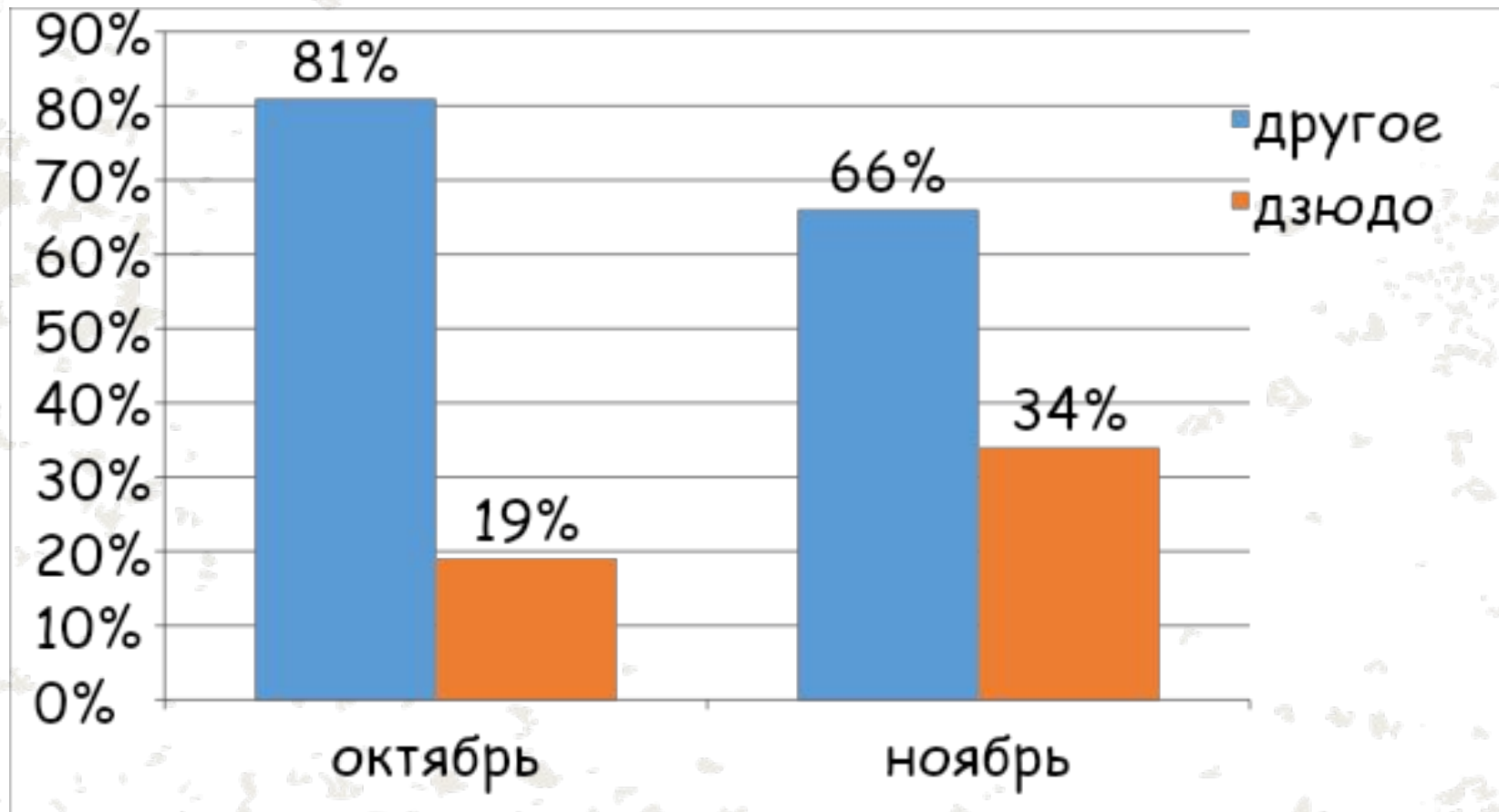


Диаграмма 2. Динамика изменения мнений анкетированных по вопросу № 2.

# Итоги анкетирования.

3. Чувствуешь ли ты себя лучше после занятий спортом?

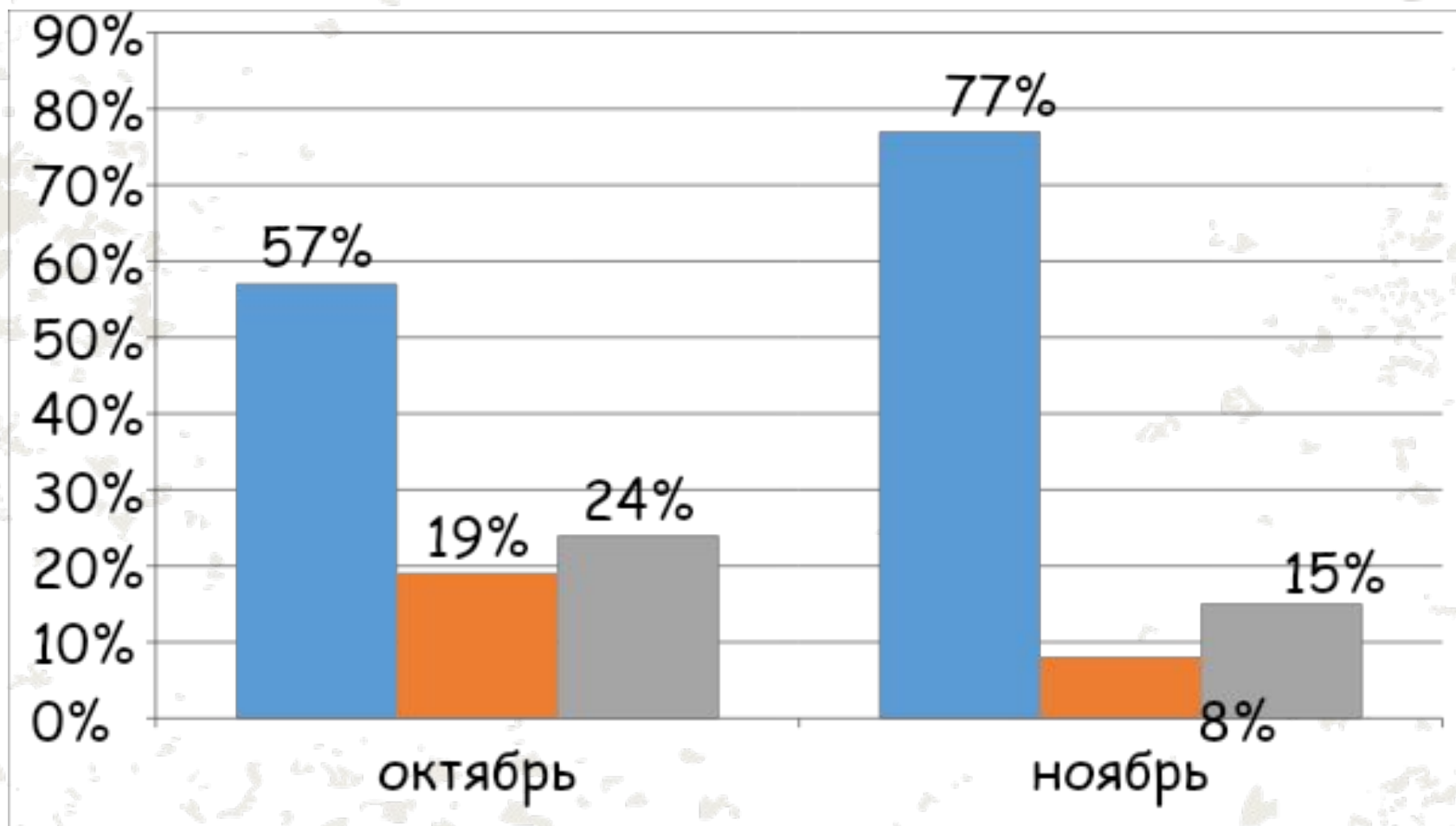


Диаграмма 3. Динамика изменения мнений анкетированных по вопросу № 3.

# Итоги анкетирования.

4. Нужно ли заниматься спортом?

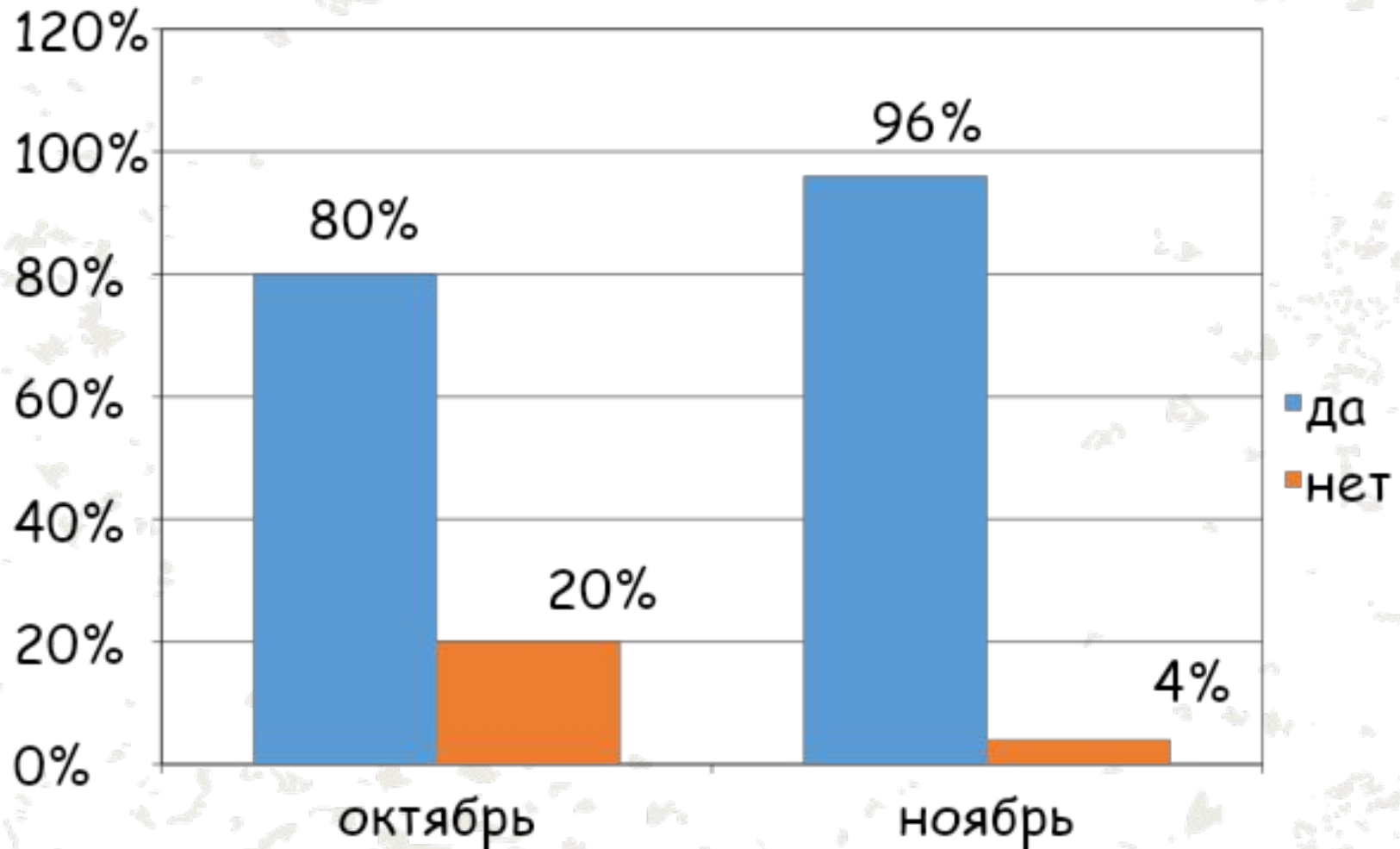


Диаграмма 4. Динамика изменения мнений анкетированных по вопросу № 4.

# Заключение.

Изучив литературу и другие источники, проведя ряд исследовательских мероприятий, я подтвердил свою гипотезу, что наибольшая осведомленность учащихся о дзюдо будет способствовать большему вовлечению учащихся в спорт в целом.





# ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ.

1

Дзюдо // Журнал о единоборствах и самообороне // Статьи. - [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.v8mag.ru>.

2

Информационный сайт дзюдо. - [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.judoinfo.com>.

3

Официальный сайт Российской федерации дзюдо. - [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.judo.ru>.

4

Сайт международной федерации дзюдо. - [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.ijf.org>.