

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа №10»**

Да здравствует спорт!



Выполнил: Казаков Андрей Константинович
ученик 9 экономического класса

Руководитель: Голуб Тамара Михайловна
учитель английского языка
I квалификационной категории

г. Арсеньев
2010г.

«Secondary school №10»

Vive la sport!



**Done by the student of the 9th
economic grade:**

Kazakov Andrey

**The leader of the project:
the teacher of English**

Golub Tamara Mikhailovna

**Arsenyev
2010**

Спорт очень важен в нашей жизни. Многие делают утреннюю гимнастику, бегают трусцой по утрам, тренируются в клубах и в различных секциях, принимают участие в спортивных соревнованиях. Другие люди любят спорт тоже, но они только смотрят спортивные игры и слушают спортивные новости. Они гордятся достижениями наших спортсменов, болеют за спортивные команды, но спортом не занимаются.

Физическая культура – это важный предмет в каждой школе. Школьники занимаются физкультурой дважды в неделю. Мальчики и девочки делают упражнения, играют в волейбол, баскетбол и другие спортивные игры. В каждой школе есть хорошо оборудованный спортзал, а возле школы – спортивная площадка для занятий на открытом воздухе. Но если вы зайдёте на урок, то увидите: обычно несколько человек из класса сидят на лавочке и наблюдают как другие бегают, прыгают и играют в разные игры. Иногда таких ребят бывает много.

Я решил выяснить почему некоторые мои одноклассники и ребята других классов избегают уроков физкультуры и не хотят заниматься спортом.

Я считаю, что эти ребята боятся показать перед сверстниками плохую физическую подготовку и выглядеть смешно. Они не понимают значимости физических упражнений для человека.

Sport is very important in our life. Many people do morning exercises, jog in the morning, train themselves in clubs, in different sections and take part in sport competitions.

Other people like sports too, but they only watch sports games, listen to sports news. They are proud of achievements of our sportsmen and they are fans of sport teams. But they don't go in for sports.

Physical training is an important subject at every school. Pupils have got physical training lessons twice a week. Boys and girls do exercises, play volley-ball, basket-ball and different sport games at the lessons. There is a well-equipped gym in every school and there is a sports ground near the school where school-children go in for sports in the open air. But if you come into the gym during the lesson you'll see some boys or girls sitting on the bench and watching their mates running, jumping and playing different games. You can see such pupils in every class.

Once I have thought of this problem and decided to find out, why some of my classmates and pupils from other classes avoid the physical training lessons and don't want to go in for sports.

I consider, that these boys and girls are afraid to show their bad form and look comically in their classmates' eyes. They don't understand the importance of exercises for people.

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.

Гиппократ

Основополагающий вопрос:

Что значит для человека спорт?

Проблемные вопросы

- Как влияет спорт на жизнь и физическое здоровье человека?
- Почему не все школьники занимаются спортом?
- Помогают ли занятия спортом в учёбе?
- Как относятся люди к спорту в разных странах?
- Может ли спорт стать модным увлечением?

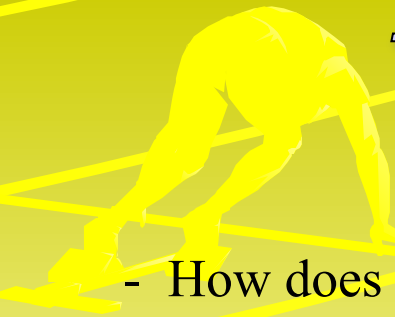
The gymnastics, physical exercises, walking should enter strongly into a daily life of everyone who wishes to keep working capacity, health, a high-grade and joyful life.

Hippocrates

The general question:

What does sport mean for people?

The problem questions:

- 
- How does sport influence on people's life and health?
 - Why don't all pupils go in for sports?
 - Does sport help in studies?
 - What attitude do people of different countries have towards sport?
 - Can sport become popular pastime?

Темы исследований:

1. Влияние спорта и физической культуры на здоровье и жизнь человека.
2. Отношение к спорту и физической культуре ребят нашей школы.
3. Отношение к занятиям спортом в разных странах.

Методы исследований:

Опрос

Анкетирование

Изучение литературы по проблеме

Метод логического анализа

Деловая графика

Личные наблюдения



The themes of researches:

1. The influence of sport and physical training on people's life and health.
2. The attitude of pupils of our school to sport and physical training.
3. The attitude of people of different countries to sport and physical training.

The methods of researches:

Interrogation

Questionnaire

Studying of the literature on a problem

Method of the logic analysis

Business graphics

Personal observations



"Спорт" произошло от старого французского слова, значение которого "досуг". Спорт - деятельность, которой управляет ряд правил или привычек. Спорт обычно определяется как организованная, конкурентоспособная и квалифицированная физическая деятельность, требующая обязательства и справедливой игры.

Люди во всем мире занимаются спортом. Спорт держит человека в форме, делает его здоровым и сильным, более организованным и лучше дисциплинированным, доставляет много удовольствия.



"Sport" comes from the old French desport meaning "leisure." Sport is an activity that is governed by a set of rules or customs and often engaged in competitively. Sport is commonly defined as an organized, competitive and skillful physical activity requiring commitment and fair play.

People all over the world are fond of sports. Sport keeps us fit, makes us healthy and stronger, more organized, better disciplined. It gives us a lot of pleasure.





«...Нужно ли заниматься спортом? Сегодня нет необходимости доказывать огромное значение регулярных физических упражнений для укрепления здоровья, предупреждения заболеваний, повышения устойчивости и сопротивляемости организма...» Н.Д. Граевская, доктор медицинских наук, профессор

Я изучил исследования спортивных медиков и оказалось, что : частота заболеваний гриппом в период эпидемии и число дней потери трудоспособности у спортсменов меньше, чем у тех, кто спортом не занимается.




Контингент	Частота заболеваний (на 10 000)	Потеря трудоспособности (среднее число дней)
Спортсмены	68	2,7
Незанимающиеся	130	5,8



«... Is it necessary to go in for sports? Today there is no necessity at all to prove huge value of regular physical exercises for strengthening health, the prevention of diseases, increase of stability and resistibility of an organism ...» N.D.Graevsky, the doctor of medical sciences, the professor.

I have studied researches of sports physicians and it turned out, that: frequency of diseases by a flu in epidemic and number of days of disability of sportsmen are less than people not going in for sports have.



Contingent	Frequency of diseases (on 10 000)	Disability (average of days)
Sportsmen	68	2,7
Not going in for sports	130	5,8

Сравнение частоты некоторых заболеваний у спортсменов и практически здоровых людей аналогичного возраста (в %)

Частота заболеваний	спортсмены	Незанимающиеся
Органические заболевания сердечно-сосудистой системы	-	1,1
Гипертонические состояния	4,2	10,6
Заболевания органов пищеварения	2,9	5,6
Заболевания органов дыхания	1,6	6,2
Сколиоз	-	12,5

Comparison of frequency of some diseases at sportsmen and almost healthy people of the same age (in %)

Frequency of diseases	Sportsmen	Not going in for sports
Organic diseases of cardiovascular system	-	1,1
Hypertensive conditions	4,2	10,6
Diseases of digestive organs	2,9	5,6
Diseases of respiratory organs	1,6	6,2
Scoliosis	-	12,5

Занятия спортом:

- укрепляют здоровье;
- тренируют сердце;
- регулируют кровяное давление;
- активизируют кровообращение;
- улучшают рефлексы;
- стимулируют обмен веществ;
- улучшают работу кишечника;
- обогащают клетки и ткани кислородом и соответственно улучшают состояние кожи и внешнего вида человека;
- снимают нервное напряжение и сокращают в организме избыток адреналина и гормонов, способствующих возникновению стресса.



Playing sports:

- strengthen health;
- train heart;
- regulate the blood pressure;
- make active blood circulation;
- improve reflexes;
- stimulate a metabolism;
- improve intestines work;
- enrich cell and tissue with oxygen and accordingly improve condition of skin and appearance of the person;
- remove nervous tension and reduce surplus of adrenaline and hormones, promoting origin of stress in an organism.



Занятия спортом тонизируют мышцы. Мышцы становятся сильными, выносливыми и более упругими. Человек становится подтянутым и привлекательным. Спортивные упражнения помогают достичь идеального веса и поддерживать его, чего никак нельзя добиться самой крутой диетой. Занятия спортом помогают противостоять хроническому утомлению, увеличивая запас жизненных сил и повышая уровень энергии вашего тела, который делает вас более активным в течение всего дня.



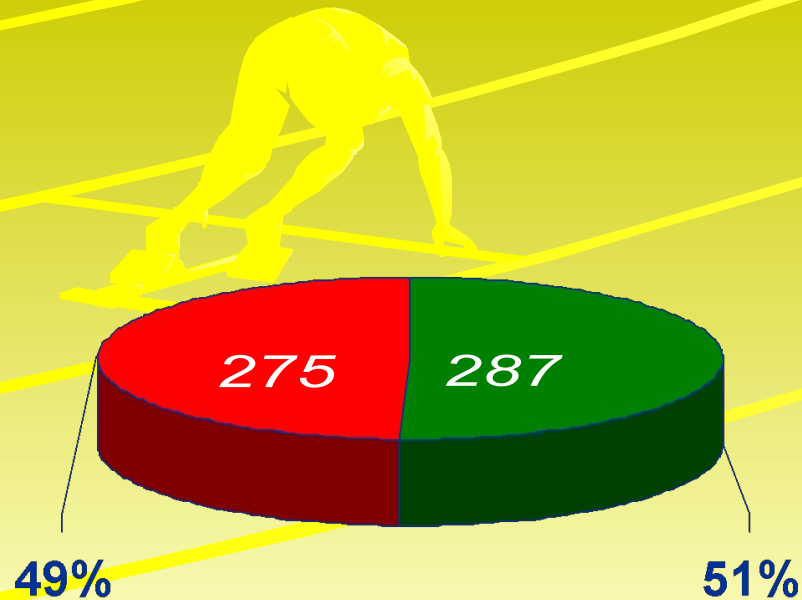
Doing sports tones up muscles. Muscles become strong, hardy and more elastic. The person becomes smart and attractive. Sports exercises help to reach ideal weight and support it, that in any way cannot be achieved even by the sternest diet. Doing sports helps to resist to chronic tiredness, increasing a stock of vital forces and raising level of energy of your body which makes you more active the whole day long.



Популярность спорта среди школьников города

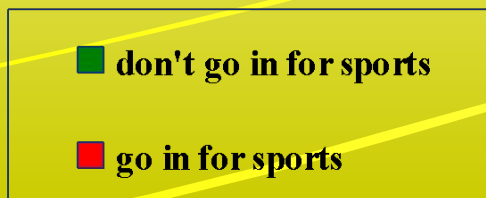
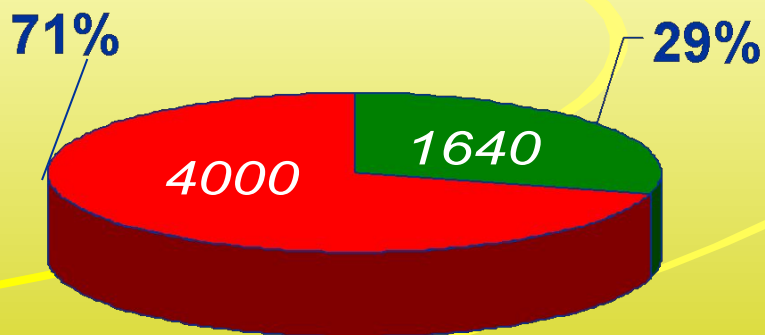


Я обратился в отдел образования нашего города и узнал: в школах нашего города обучается 5640 детей. Из них занимаются в спортивных секциях около 4000 ребят. (71%)

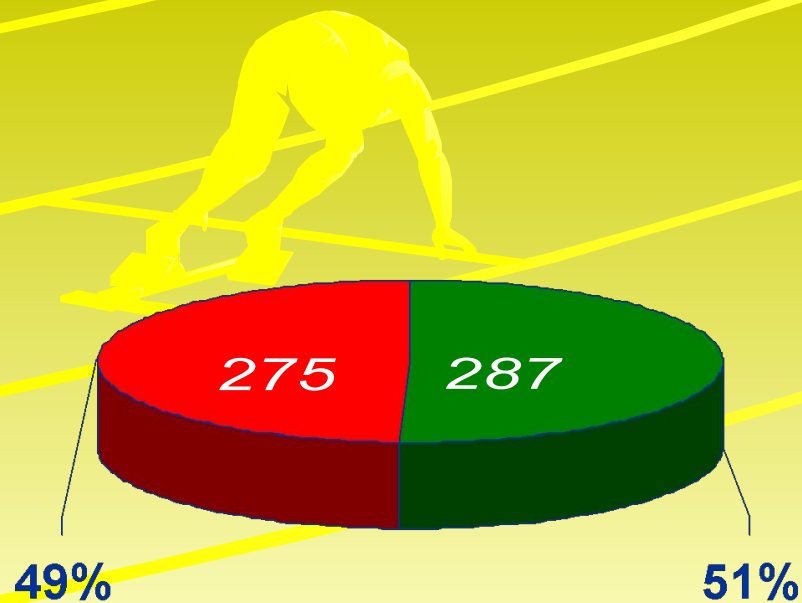


На фоне общегородских результатов, наша школа выглядит немного хуже. Опросив 562 учащихся нашей школы, я узнал, что 48,9% ребят занимаются в спортивных секциях. Это говорит о том, что не все ребята понимают значение спорта для человека.

The popularity of sports among the pupils of our town

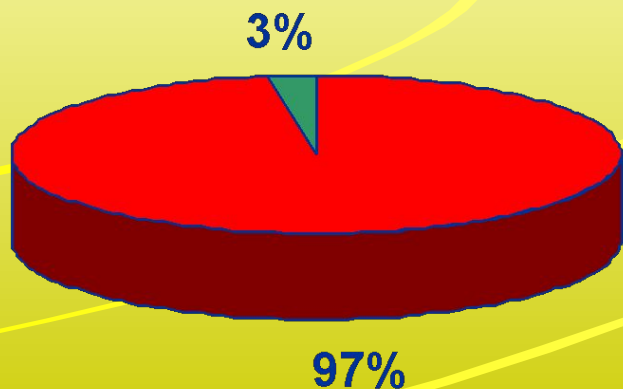


I applied to our town's administration and found out that there were 5640 pupils at schools of our town. About 4000 of them are going to sports sections. (71%)

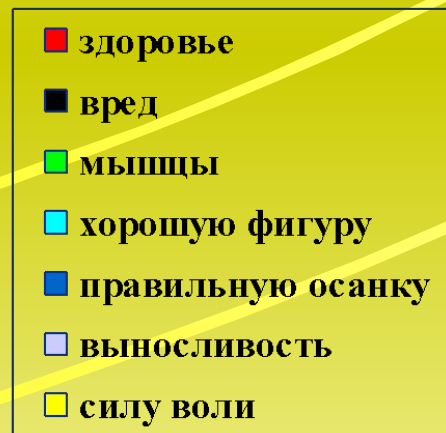
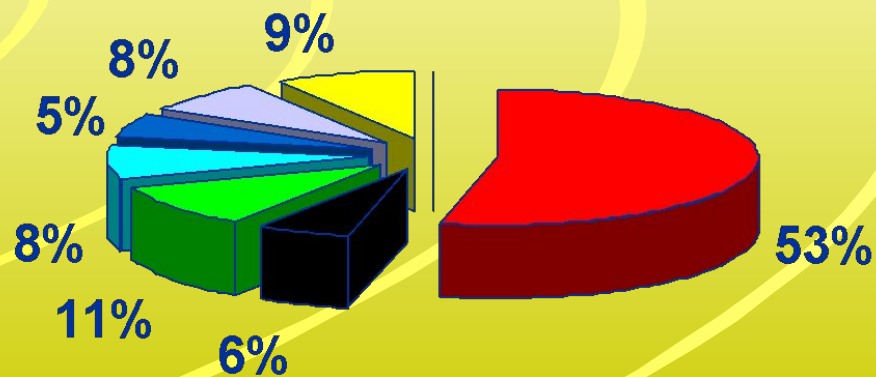


Against town results, our school looks a bit worse. Having interrogated 562 pupils of our school I found out that 48,9 % of pupils went to different sports sections. It means that not all children understand value of sports for a person.

Нужен ли человеку спорт?

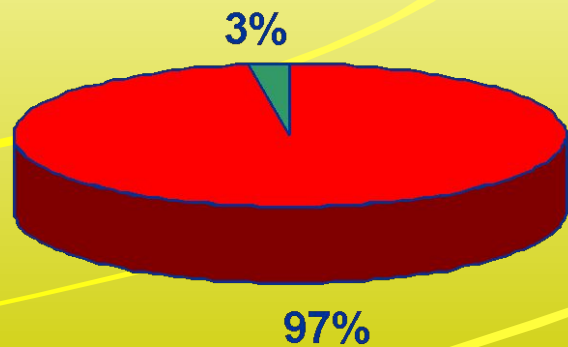


Как вы думаете, что дает человеку спорт?

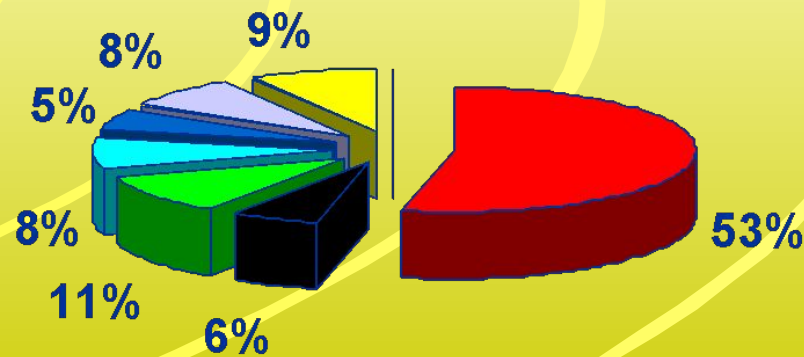


Я провел анкетирование учащихся нашей школы. Почти все ученики считают что спорт необходим человеку и только 6% опрошенных полагают, что спорт приносит вред.

Is sport necessary for people?



What do you think sport gives to people?



I have questioned the pupils of our school. Almost all pupils consider that sport is necessary for a person and only 6 % of interrogated pupils believe that sport is injurious to health.

Проведенные исследования показывают наличие прямой зависимости между занятиями спортом и уверенностью в себе у подростков. Оказывается, что те подростки, которые регулярно занимаются спортом, чувствуют себя намного увереннее тех, кто спортом всячески пренебрегает. У многих подростков, имеющих проблемы с физкультурой, начинают формироваться различные комплексы. У них занижена самооценка. Они не ощущают уверенности в себе и в правильности своих поступков.



The carried out researches show the presence of direct dependence of doing sports and self-reliance of teenagers. It appears that those teenagers who regularly go in for sports, feel much more confident than teenagers who in every possible way neglect sports. Various complexes of many teenagers having problems with physical culture start to be formed. They have underestimated self-appraisal. They don't feel self-reliance and confidence in correctness of their acts.



Я взял интервью у своих друзей, с которыми занимаюсь в спортивной секции. Вот что они говорят:

- « Прежде всего спорт формирует характер. Он учит выигрывать и проигрывать». Влад П.

- « Спорт делает тебя быстрым, сильным и терпеливым. Более того, спорт делает мужчин из мальчиков и женщин из девочек. Спорт учит жизни ». Илья С.

- « Спорт – это хороший способ встретиться с новыми людьми, новыми друзьями, даже из других стран ». Никита В.



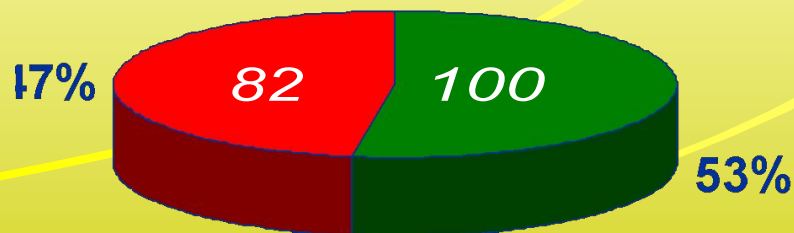
I have interviewed my friends who are going in for sport swimming with me.

They said:

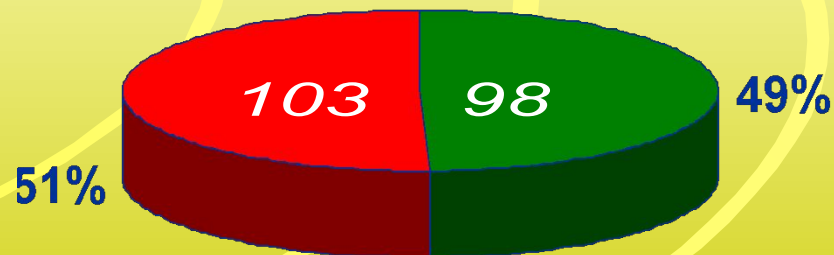
- **“First of all sport builds character. It teaches to win or lose”. Vlad P.**
- **“It makes you strong, fast and patient. More than that it makes men out of boys and women out of girls. Besides it teaches you about life”. Il’ya S.**
- **“Sport is a good way to meet people, new friends even from other countries”. Nikita V.**



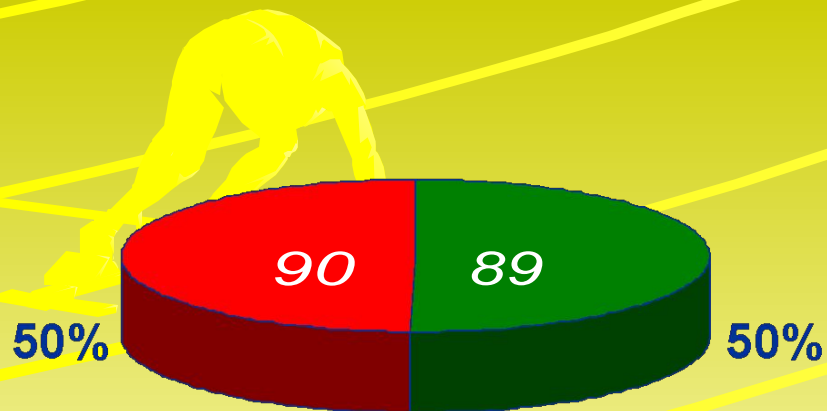
Начальная школа (182ч)



Среднее звено (201ч)



Старшие классы (179ч)

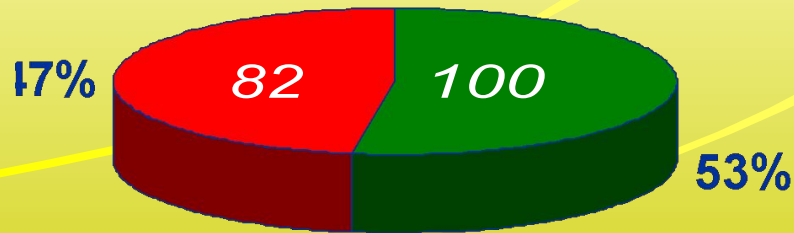


■ не занимаются спортом

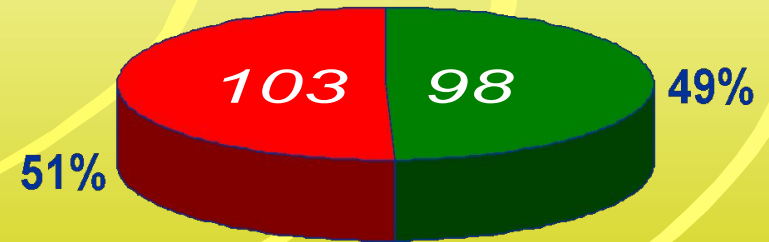
■ занимаются спортом

Я провел свое исследование. Опросив учащихся моей школы, я выяснил, что в начальной школе, в среднем звене и в старших классах около половины учащихся занимаются различными видами спорта.

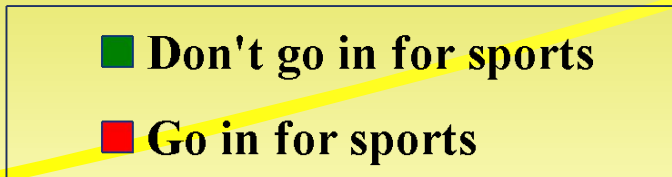
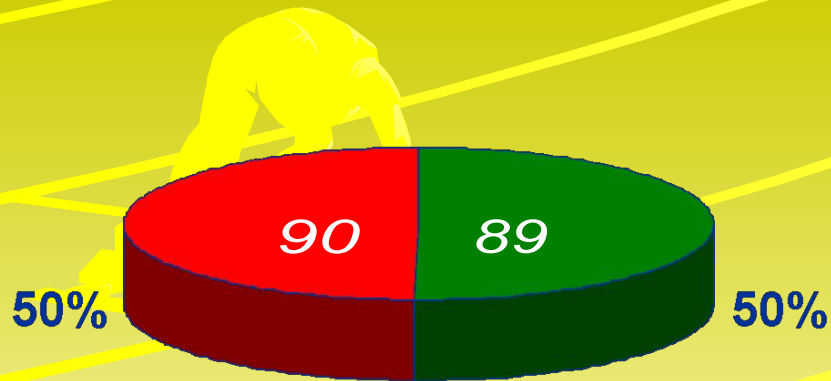
Elementary school (182pers.)



Intermediate classes (201pers.)



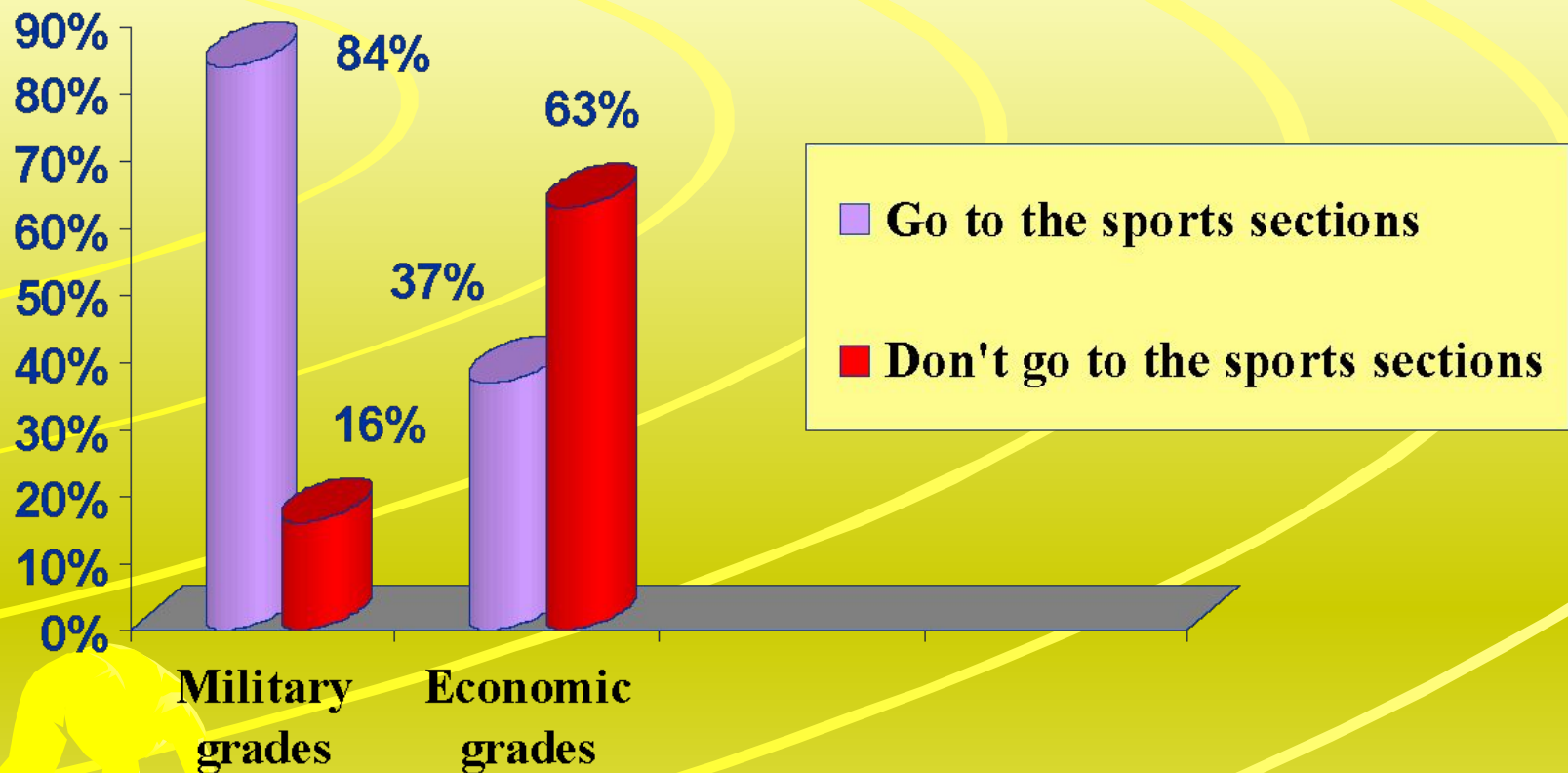
Senior classes (179pers.)



I have carried out my own research having interviewed the pupils of my school. I have found out, that about half of pupils of elementary and secondary school are engaged in various kinds of sports.

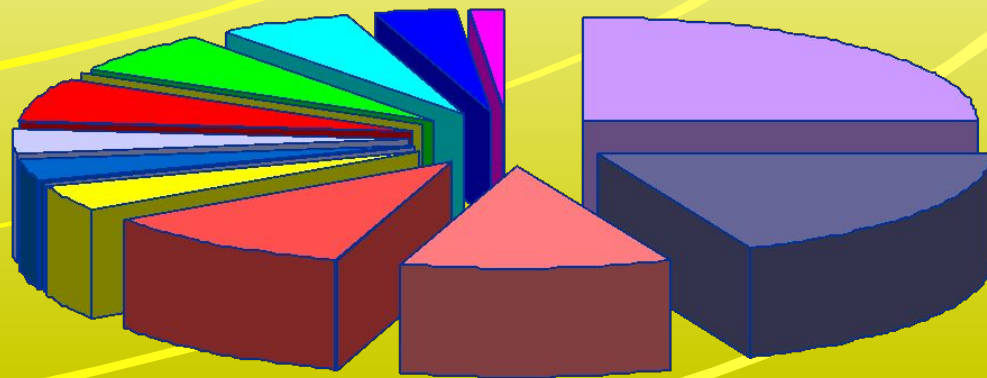


Я провёл опрос среди учащихся классов экономического и военного профиля. Как оказалось в классах военного профиля больше ребят посещают спортивные секции и занимаются различными видами спорта. В классах экономического профиля ребята больше времени уделяют учебе.




I have interviewed the pupils of economic classes and military profile. As it has turned out the pupils of military classes go to the sports sections and they are engaged in various kinds of sports more than the classes of economic profile, which find more time for studies.

Популярные виды спорта среди учеников МОУ СОШ №10

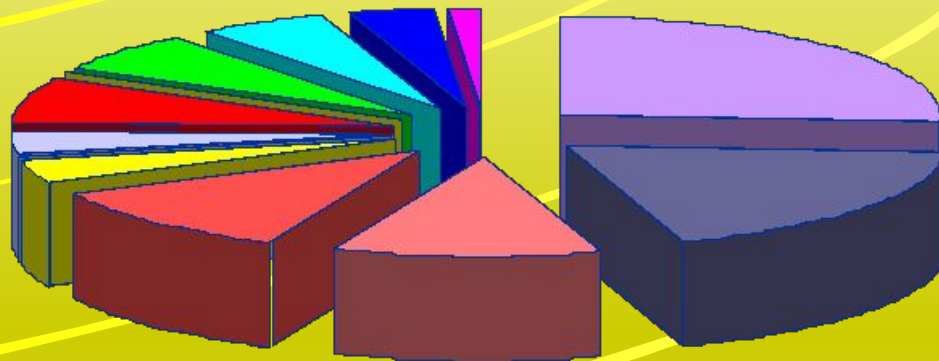


- волейбол
- футбол
- бокс
- плавание
- баскетбол
- пауэрлифтинг
- карате
- легкая атлетика
- лыжные гонки
- пауэрлифтинг
- теннис
- скалолазание



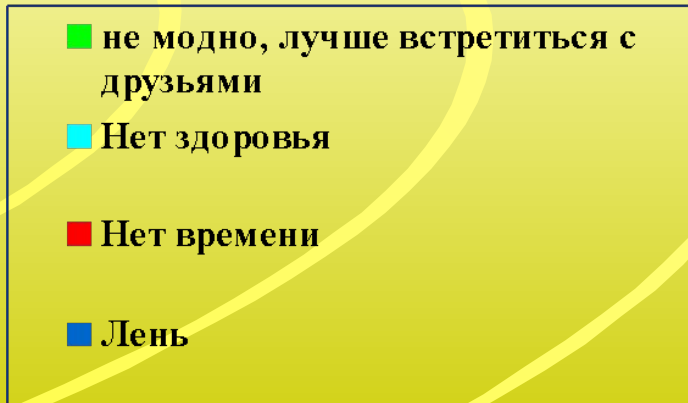
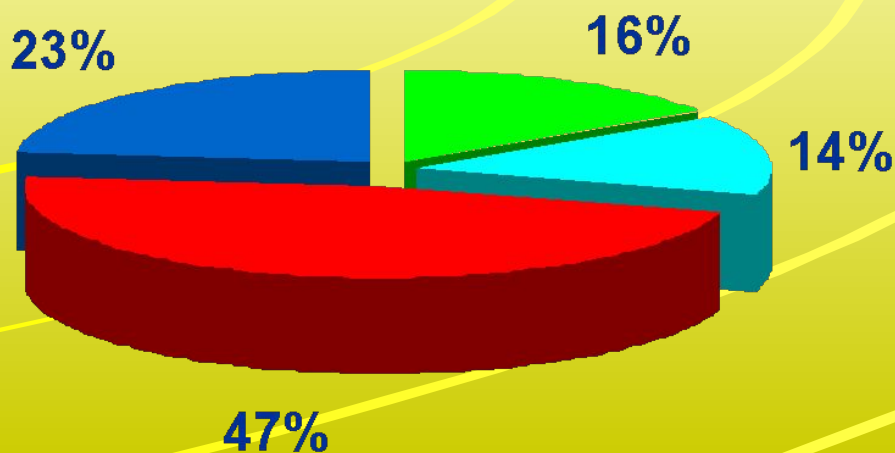
Какие виды спорта популярны у ребят в нашей школе? Оказывается, самыми популярными видами спорта являются: волейбол, футбол, бокс и плавание. Менее популярны: баскетбол, лыжные гонки, пауэрлифтинг, карате, легкая атлетика. Меньше всего занимаются теннисом и тяжелой атлетикой.

Popular kinds of sports among the pupils of school №10



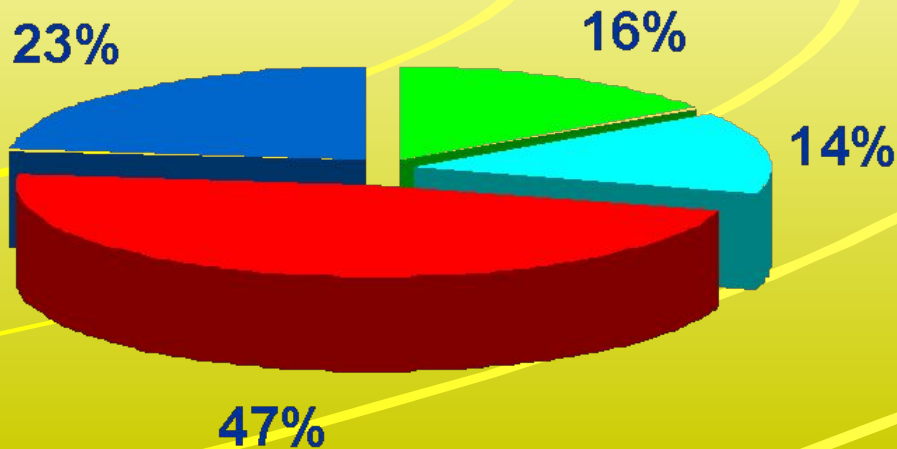
What kinds of sports are popular among the children in our school? It appears, that the most popular kinds of sports are: volleyball, football, boxing and swimming. Basketball, skiing, powerlifting, karate, track and field athletics are less popular. Tennis and weightlifting are the least popular kinds of sports.

Почему учащиеся не хотят заниматься спортом?



Я провёл опрос среди учеников нашей школы и выяснил некоторые причины отрицательного отношения к занятиям спортом. Большинство учащихся не могут заниматься спортом из-за нехватки времени. 16% учащихся предпочитают спорту встречи с друзьями. У 14% ребят нет здоровья. И очень многим заниматься спортом просто лень.

Why don't pupils want to do sports?



- Not in fashion, it's better to meet with friends
- bad health
- can't afford the time
- Laziness



I have interviewed the pupils of our school and have found out some reasons of the negative relation of our pupils to doing sports. The majority of pupils cannot go in for sports because of shortage of time. 16 % of pupils prefer meetings with friends to sports. 14 % of children have problems with health. And a lot of pupils are too lazy.

Физическая культура — составная часть общей культуры и неотъемлемая часть спорта. Она не только укрепляет здоровье, но и избавляет от некоторых врожденных и приобретенных недугов. Заниматься физкультурой — это значит систематически выполнять физические упражнения, соблюдать режим жизни и правила гигиены, закаливать организм, умело пользуясь солнцем, воздухом и водой. Физическая культура нужна людям и физического и умственного труда. Но особенно она необходима детям и подросткам, так как в их возрасте закладывается фундамент физического развития и здоровья.



Physical training is a component of the general culture and the integral part of sports. It not only strengthens health, but also saves a person from some congenital and got illnesses. To be engaged in physical culture means regularly do physical exercises, keep to routine of life and rules of hygiene, harden an organism, skillfully using the sun, air and water. The physical training is necessary both people of physical work and brainwork. But especially it is necessary for children and teenagers as the base of their physical development and health is being laid at this age.



Дети и подростки с избыточным весом могут набирать лишний вес не от переедания, но скорее от недостатка физических упражнений. Детям и подросткам нужно выполнять физические упражнения по крайней мере 30 минут каждый день – прыгать, кататься на велосипеде, гулять, играть в парке, тренироваться в спортивной команде.

Возрастание уровня физической активности в подростковом возрасте и в последующие годы детства может быть важно в предотвращении ожирения. Молодые люди имеют улучшенную позитивную самооценку когда они участвуют в нормальных спортивных видах деятельности.

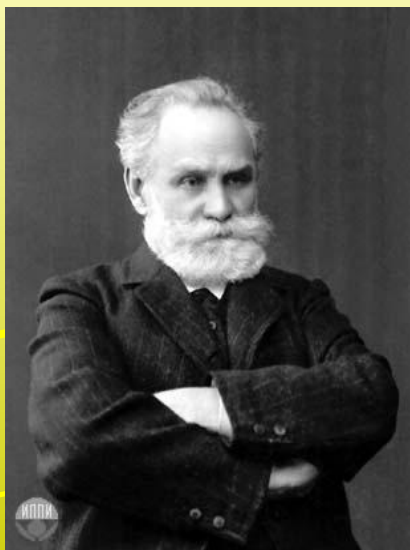


Overweight children and teenagers may not gain excessive weight from overeating, but rather from under-exercising. Children and teenagers need to exercise for at least 30 minutes each day, e.g. skipping, cycling, walking, playing in the park, training with a sports team.

Increasing physical activity levels in the teens and later years of childhood may be important in preventing obesity.

Young people have an improved positive self-image when they participate in normal sporting activities.





И. П. Павлов

Влияние занятий спортом на учёбу.

«Благодаря мышечной работе кора головного мозга работает более продуктивно:

- улучшается питание головного мозга,**
- повышается сила, уравновешенность и согласованность нервных процессов.**

Разнообразные движения, особенно на свежем воздухе, служат хорошим активным отдыхом для школьников после умственной работы во время учебы в школе и приготовления домашних заданий.

Такой отдых:

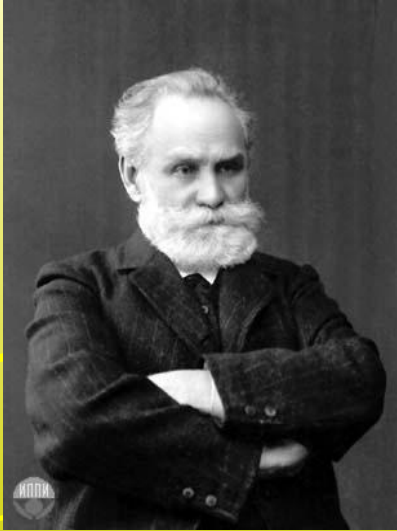
- успокаивает и укрепляет нервную систему,**
- создает у детей бодрое, жизнерадостное настроение,**
- значительно повышает работоспособность.**

Игры и различные виды спорта развивают у детей:

- внимательность,**
 - точность,**
 - дисциплинированность,**
 - настойчивость,**
- что способствует повышению успеваемости ... ».**



И. М. Сеченов



I.P. Pavlov



I.M. Sechenov

The influence of doing sports on studies.

“Thanks to muscular work the cerebral cortex works more productively:

- the nourishment of brain is improved,**
- force, steadiness and coordination of nervous processes raise.**

Various movements, especially in the open air, serve as good productive leisure for pupils after mental work during studies at school and doing the homework.

Such rest:

- calms and strengthens nervous system,**
- creates cheerful spirits of children,**
- considerably raises working capacity.**

Games and various kinds of sports develop:

- attentiveness,**
 - accuracy,**
 - discipline,**
 - persistence,**
- that promotes the improvement of school results ...”.**



«...Физические упражнения совершенствуют развивающиеся когнитивные функции мозга и положительно влияют на общую умственную деятельность и успехи в учебе. После занятий физкультурой дети справляются с заданиями быстрее и точнее, особенно когда задача имеет высокий уровень сложности ...».

неврологи Университета Иллинойса (США)

Значительное повышение внимательности и способности сконцентрироваться у 9-летних детей было замечено сразу после 20-минутных занятий бегом. Также ученые зафиксировали, что после физических нагрузок эффективность работы мозга у школьников значительно повышалась, и они успешно выполняли тестовые задания по математике, чтению и правописанию даже в шумной обстановке и при прочих условиях, обычно мешающих учебе.

Эксперты рекомендуют учителям включать в обычные уроки физические упражнения, планировать ежедневные занятия физкультурой на свежем воздухе и, как минимум, обеспечивать учеников не менее, чем 2,5 часами физических занятий в неделю.



Physical exercises improve the developing cognitive functions of brain and positively influence on general cerebation and success in studies. Children cope with their tasks faster and more accurate after the physical exercises, especially when the problem has the high level of complexity

The neurologists at the University of Illinois (the USA).

The considerable rise of attentiveness and ability to concentrate of 9-year-old children has been noticed right after the 20-minute running. Also scientists have fixed that the efficiency of brain work of pupils considerably raised after the physical activities, and they successfully carried out their maths, reading and spelling tests even in noisy conditions and under the other conditions, which normally disturb the pupils to study.

The experts recommend teachers to include the physical exercises during the ordinary lessons, plan the daily physical activities in the open air and, at least, provide pupils not less than 2,5 hours of physical activities per week.

Умеренное выполнение физических упражнений может также задержать и полностью изменить эффекты старения. А когда упражнения выполняются людьми среднего возраста и старше это может повернуть время на целых десять - пятнадцать лет.

Регулярные физические упражнения: более здоровое сердце, более сильные кости, более быстрые временные реакции и меньше восприимчивости к депрессии.



«Вероятно невозможно найти что -нибудь лучше чем физические упражнения. Нет необходимости бегать марафоны. Быстрая ходьба тридцать минут три или четыре раза в неделю может заставить Вас почувствовать себя на десять лет моложе».

Сью Галперн. Эксперт в области старения и физических упражнений, университет Торонто, США

Не имеет значения, когда в жизни человек начинает тренироваться, усовершенствования произойдут в любом возрасте.

Scientists are finding that moderate exercise can delay and even reverse the effects of ageing . When exercise is done by middle-aged and older people, it can turn the clock back by as much as ten to fifteen years.

Among the benefits of regular exercise are a healthier heart, stronger bones, quicker reaction times and less susceptibility to depression.

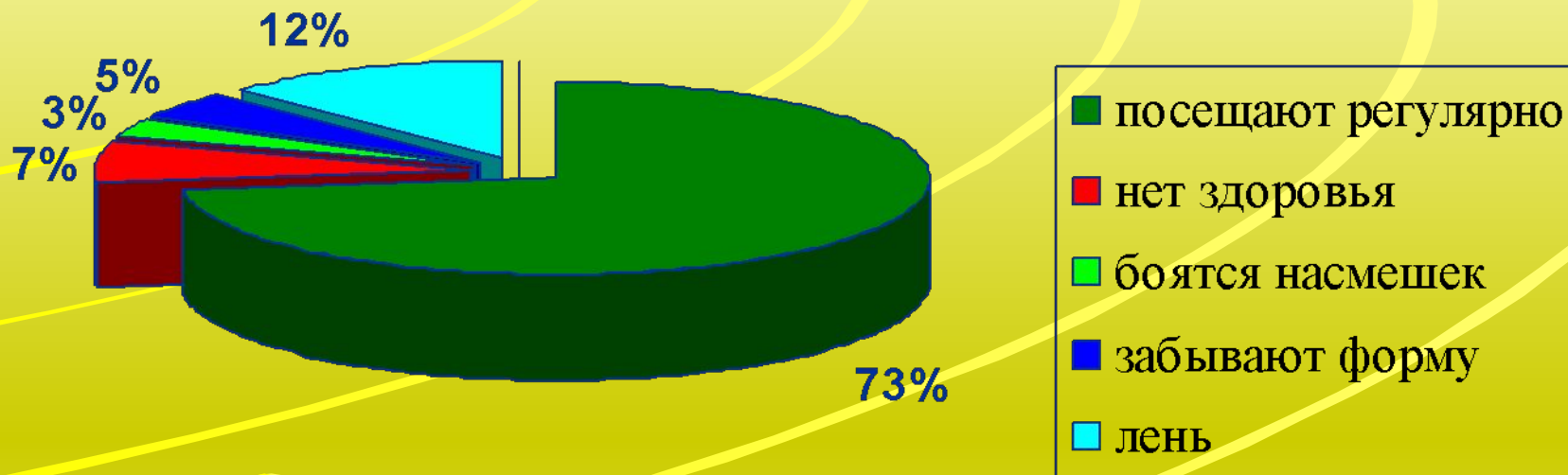


“It is probably not possible to find anything better for you than exercise. And it is not necessary to run marathons. Just walking rapidly for thirty minutes at a time three or four times a week can make you feel ten years younger”.

Sue Galpern. An expert in ageing and exercise at the University of Toronto.


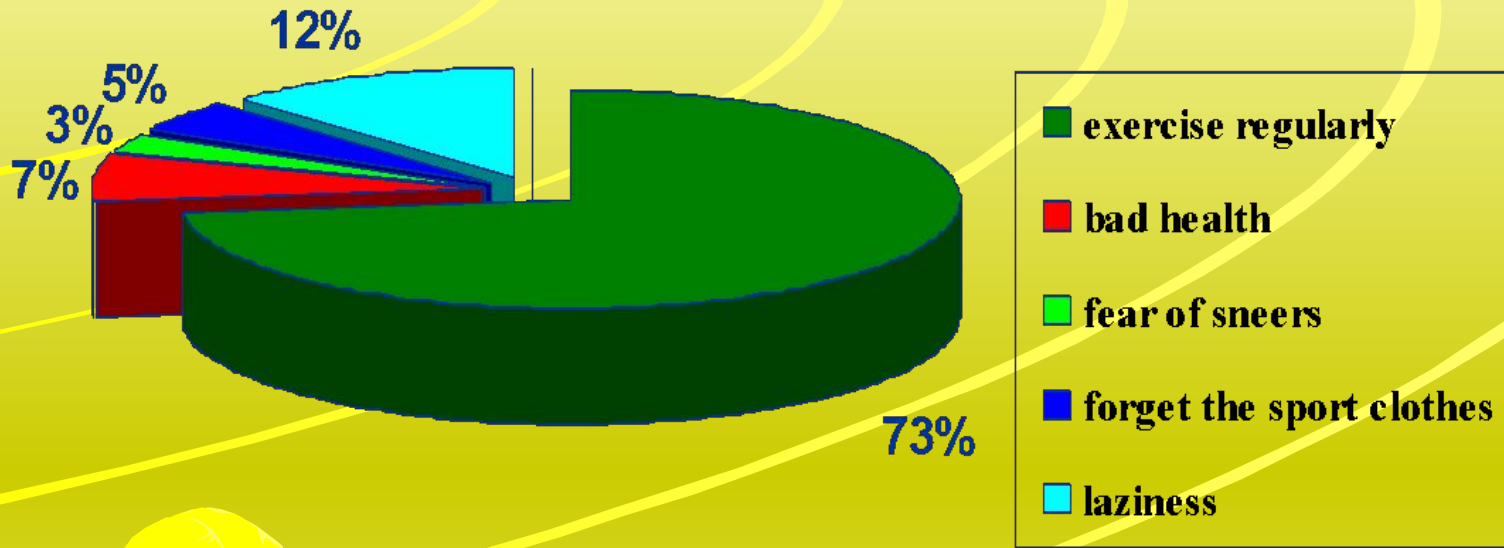
It does not matter when a person starts to exercise in his life, improvements will occur at any age.

Всегда ли вы посещаете уроки физической культуры?



Я провёл опрос среди учащихся школы. Из 157 опрошенных 27% ребят нерегулярно посещают уроки физкультуры. Среди причин: плохое здоровье, периодически забывают форму, боятся выглядеть смешно, если что-то не получится и просто лень.

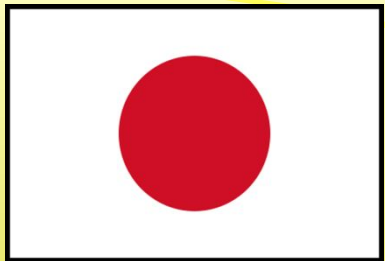
Do you always exercise at the physical training lessons?



I have interviewed the pupils of our school. 27 % of 157 interrogated children irregularly visit physical training lessons. The following reasons are named: bad health, absence of sport clothes because of their absentmindedness, fear of looking funny, if something is wrong and their laziness.

Спорт в разных странах

Япония



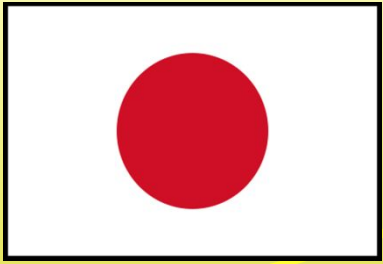
Японцы – страстные любители спорта. Трудно найти вид спорта, которым не занимаются в Японии. Они ежегодно проводят национальный спортивный фестиваль. Представители 47 префектур встречаются на соревнованиях летом (плавание, яхты), осенью (27 видов спорта, включая легкую атлетику, бейсбол, регби и гимнастику) и зимой (коньки, лыжи). Военственные виды спортивного искусства (кендо, карате, айкидо, дзюдо, сумо и др.) очень популярны и считаются национальными.

В Японии есть возможность заниматься спортом в любом возрасте. Дети детского сада и школьники начальной школы могут заниматься в частных спортивных клубах. Большинство военных видов искусств начинают заниматься в возрасте 4 – 5 лет.



Sport in different countries:

Japan



Japanese are the passionate fans of sports. It is hard to find a sport that is not played in Japan. They annually spend the National Sports Festival. The representatives of 47 prefectures meet at competitions in summer (swimming, yachts), in autumn (27 kinds of sports, including track and field athletics, baseball, Rugby football and gymnastics) and in winter (skating, skiing). Martial arts (kendo, karate, aikido, judo, sumo and others) are very popular and they are considered the national. There are opportunities to play various sports for all age. Kindergarten and lower elementary school students can play in private sport clubs . Most martial arts can be started as little as 4 or 5 years old.



Спорт в разных странах



Великобритания

Британцы – огромные любители спорта. Спорт является частью их нормальной жизни. Каждую неделю в Соединенном Королевстве от одного до двух миллионов человек посещают различные спортивные мероприятия. Самые популярные виды спорта: футбол, крикет, регби и теннис. Матчи проводятся между графствами, университетами, школами и военнослужащими. Также регулярно проводятся международные матчи между странами.

Спорт является очень важной частью воспитания детей в Британии, не только, чтобы развить физические способности, но также обеспечить определенное моральное воспитание.



Sport in different countries:



Great Britain

British people are great lovers of sport. Sport is part of their normal life. Every week in the United Kingdom from one up to two millions people visit various sports actions. The most popular games are football, cricket, rugby football and tennis. Matches are held between counties, universities, schools and military men. Also international matches with other countries are held regularly.

Sport is a very important part of child's education in Britain, not just to develop physical abilities, but also to provide the certain kind of moral education.



Спорт в разных странах



Китай

Закон о физическом здоровье в КНР был принят в 1995г. и государственный совет провозгласил «основные принципы общенациональной программы физического совершенствования». Нацеливаясь улучшить здоровье и общее физическое состояние населения, она призывает каждого заниматься по крайней мере одним видом спортивной деятельности каждый день и научиться по крайней мере 2 способам поддержания физической формы. Большинство студентов и взрослых по утрам, а иногда и во время дневных перерывов регулярно занимаются ритмической гимнастикой. Многие пожилые люди практикуют упражнения «тайцзицюань», в то время как молодежь увлекается более динамичным искусством боевых единоборств (ушу).



Sport in different countries:



China

The "Physical Health Law of the People's Republic of China" was adopted in 1995 and the State Council declared the "Outline of Nationwide Physical Fitness Program". Aiming to improve the health and the overall physical condition of the population, this Program encourages everyone to engage in at least one sporting activity every day and learn at least two ways of keeping fit. The majority of students and adults on mornings, and sometimes during the day time breaks are regularly engaged in rhythmic gymnastics. A lot of elders practise the exercises «Tianjin» while the youth takes a great interest in more dynamical art of fighting single combats (ushu).

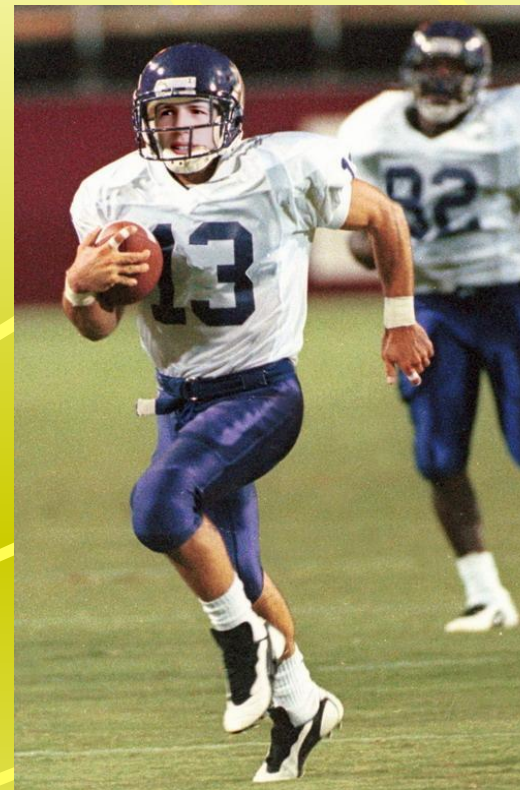


Спорт в разных странах



Америка

Спорт играет важную роль в американском обществе. Многие конгрессмены, сенаторы и бизнесмены считают, что путь к вершинам власти, достижению успеха в любой области "лежит через спортивный зал". С детства американцев убеждают, что реальная ценность спорта состоит в подготовке к достижению жизненного, материального успеха, что он прививает волевые навыки, необходимые, чтобы одерживать победы. В спорте США достижение победы возведено в культ. Большинство школьников с первых своих шагов в спорте тяготеет к трем исконно американским видам спорта - американскому футболу, баскетболу, бейсболу. Причем в школах приоритет принадлежит американскому футболу. На примерах футбольной этики и воспитывается подрастающее поколение Америки.

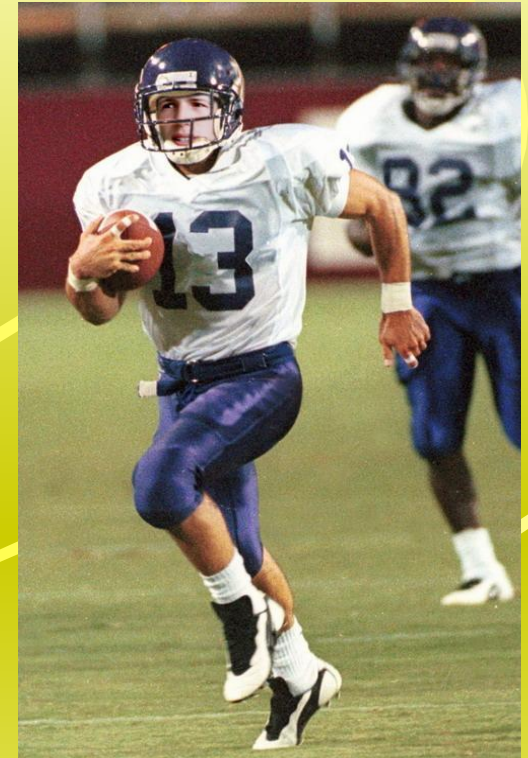


Sport in different countries:



America

Sports play an important role in American society. Many congressmen, senators and businessmen consider, that the way to tops of authority, achievement of success in any area " lays through a gymnasium ". From childhood the Americans are convinced, that the real value of sports consists in preparation for achievement of vital, material success, that it imparts the strong-willed skills, necessary to gain victories. In sports of the USA achievement of victory is erected in cult. The majority of schoolboys from their first steps in sports gravitates towards three primordially American kinds of sports - to the American football, basketball, baseball. And at schools the priority belongs to the American football. On examples of football ethics the rising generation of America is brought up.



Спорт в разных странах



Россия

«...результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и спортом».
Послание Президента РФ Федеральному Собранию.



Развитие массовой физической культуры и спорта включено Правительством РФ в число стратегических целей социальной политики государства РФ.

Sport in different countries:



Russia

“... the necessity of the healthy way of life and to be engaged in physical culture and sports, realized by young generation, should become the result of our work».

The message of the President of the Russian Federation to Federal Assembly.



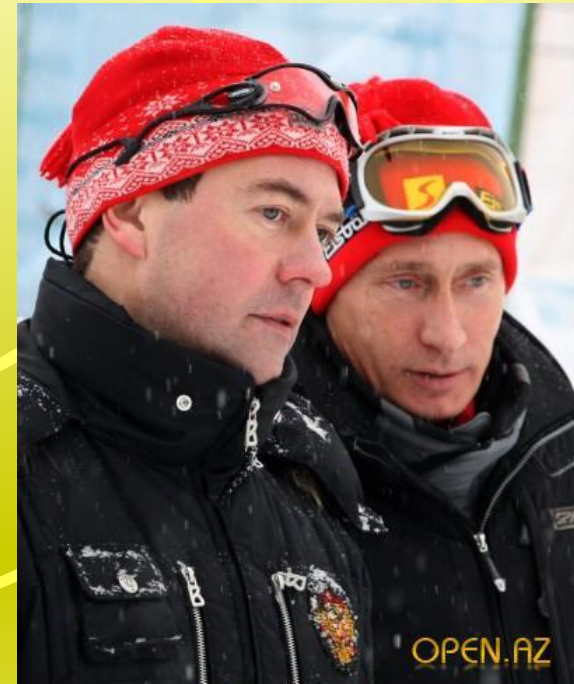
The development of mass physical training and sports is included by the Government of the Russian Federation in number of the strategic purposes of social policy of the Russian Federation.

Спорт в разных странах



Россия

В России сегодня снова входит в моду здоровый образ жизни. Поэтому люди стали интересоваться спортом. Даже те, кто раньше воспринимали его только как что-то, что можно посмотреть по телевизору, теперь идут в тренажерные залы и бассейны. Лыжный спорт, футбол, хоккей, фигурное катание, легкая атлетика, волейбол, баскетбол, плавание – самые популярные виды спорта в России. Спорт сегодня очень популярен среди чиновников и руководителей. Большую роль в приобщении народа к здоровому образу жизни сыграл наш экс-президент Владимир Путин. Он доказал, что успешный руководитель может находить время и для спорта.



Sport in different countries:



Russia

A healthy way of life is coming into fashion in Russia again nowadays. That is why people have started to take an interest in sport. Even those who perceived it only as something that they could watch on TV, now come to gyms and swimming pools. Skiing, football, hockey, figure skating, track and field athletics, volleyball, basketball, swimming are the most popular kinds of sports in Russia. Sports are very popular among officials and heads today. Our ex-president Vladimir Putin has played a great role in familiarizing people with a healthy way of life. He has proved that the successful head can find time for sports.





В результате проведенных исследований я выяснил, что уже давно как русскими, так и зарубежными учеными доказана польза физических упражнений и занятий спортом. Большинство ребят это понимают, но, к сожалению, не все посещают спортивные секции. Некоторые даже избегают занятий физкультурой. У кого-то нет времени, кому-то просто лень и даже действительно, есть такие, которые боятся насмешек.

В нашем мире востребованы в первую очередь здоровые, уверенные в себе люди. Поэтому во всех странах спорту уделяют огромное внимание.

Спорт сегодня очень популярен среди чиновников и руководителей. Наш экс-президент Владимир Путин доказал, что успешный руководитель может находить время и для спорта.

Если правильно организовать свой режим дня, то можно успеть всё: пообщаться с друзьями, сделать уроки и позаниматься спортом. Главное - захотеть. А если лень, то нужно её побороть, ведь спорт помогает человеку не только сохранить здоровье и приобрести хорошую фигуру, но и в учёбе.

Что касается меня, то я с детства занимаюсь спортивным плаванием, не употребляю алкогольные напитки и не курю. Я считаю, что заниматься физкультурой и спортом, вести здоровый образ жизни и быть здоровым - это модно.



As a result of my researches I found out that long ago the benefit of physical exercises and playing sports was proved both Russian and foreign scientists. The majority of children understand it, but, unfortunately not all children are engaged in sports sections. Some pupils even avoid the physical training lessons. Someone doesn't have time, someone is lazy and even really there are some pupils who are afraid of sneers.

In our world healthy, self-assured people are claimed first of all. Therefore in all countries people give much attention to sports.

Sports are very popular among officials and heads nowadays. Our ex-president Vladimir Putin has proved that the successful head can find time for sports.

If you organize the mode of your day correctly it is possible to have time for everything: to meet with friends, do your homework and play sports. The main thing is your willing. And if you are lazy it is necessary to overcome the laziness, because sport helps a person not only to keep health and get a good form, but also it helps in studies.

As for me I am engaged in sports swimming since my childhood. I don't take alcohol drinks and I don't smoke. I consider that to be engaged in physical culture and sports, to lead a healthy way of life and to be healthy is always in fashion.

Источники информа

На печатной основе:

1. Дроздова Т.Ю., Маилова В.Г. “English Grammar: Reference and Practice”. - СПб.: “Химера”, 1998. - 288 с.
2. Качалова К.Н., Израилевич Е.Е. “Практическая грамматика английского языка”. - М.: “АНК”, 1996. - 672 с.
3. Миньяр-Белоручева А.П. “TOPICS”. – М.:”Экзамен”, 2005.-112с.

Интернет – ресурсы:

1. www.BestReferat.ru/referat-60003.html
2. www.ucheba.ru/referats/5890.html
3. www.edu.ru/db-mo/mo/Data/d_05/pra500-1.htm
4. www.krugosvet.ru
5. www.ami-tass.ru

Медиа - носители:

Большая Энциклопедия Кирилла и Мефодия.



The sources of information:

Printed editions:

1. Drozdova T.J., Mailova V.G. “ English Grammar: Reference and Practice ”. - SPb.: "Chimera", 1998. - 288 p.
2. Kachalova K.N., Izrailevich E.E. “ Practical grammar of English Language ”. - M.: "ANC", 1996. - 672 p.
3. Min'yar-Belorycheva A.P.”TOPICS”.-M. "Exam" , 2005.-112p.

Resources of the Internet:

1. www.BestReferat.ru/referat-60003.html
2. www.ucheba.ru/referats/5890.html
3. www.edu.ru/db-mo/mo/Data/d_05/pra500-1.htm
4. www.krugosvet.ru
5. www.ami-tass.ru

Media resources :

“The big Encyclopaedia of Kirill and Mefodiy”

