

Тема урока: СПОРТ



Цели:

- Значение слова *спорт*
- Виды спорта в словаре: *Летние олимпийские виды спорта* и *Зимние олимпийские виды спорта*
- Прочитать и понять текст о спорте
- Пополнить словарный запас слов

Значение слова СПОРТ в

русском языке?

- Толковый словарь под ред. С. И. Ожегова и Н.Ю.Шведовой:

Спорт- это составная часть физической культуры – комплексы физических упражнений для развития и укрепления организма, соревнования по таким упражнениям и комплексам, а также система организации и проведения этих соревнований.

- Современный толковый словарь:

Спорт- это составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, система организации соревнований по различным физическим упражнениям.

Примеры употребления слова «Спорт»

- *Водный, лыжный, конный, парашютный спорт*
- *Заниматься спортом*
- *Мастер спорта*
- *Регулярные занятия спортом укрепляют здоровье*
- *Спортивно выглядеть*
- *Спортзал, спортивный инвентарь, спортплощадка*

Какие вида спорта Вы узнаете?



Какие вида спорта Вы узнаете?



Какие вида спорта Вы узнаете?



Какие вида спорта Вы узнаете?



Какие вида спорта Вы узнаете?



Какие вида спорта Вы узнаете?



Виды спорта в словаре

Летние олимпийские виды спорта

-  Академическая гребля
-  Бадминтон
-  Баскетбол
-  Бокс
-  Борьба
 - Греко-римская
 - Вольная
-  Велоспорт
 - Шоссейные гонки
 - Трековые гонки
 - Маунтинбайк
 - BMX
-  Водные виды спорта
 -  Водное поло
 -  Плавание
 -  Прыжки в воду
 -  Синхронное плавание
 -  Волейбол
 - Волейбол
 - пляжный волейбол
 -  Гандбол
 -  Гольф
 -  Гребля на байдарках и каноэ
 - Гребля на байдарках и каноэ
 - Гребной слалом
-  Гимнастика
 -  Спортивная гимнастика
 -  Художественная гимнастика
 -  Прыжки на батуте
 -  Дзюдо
 -  Конный спорт
 - Выездка
 - Конкур
 - Троеборье
 -  Лёгкая атлетика
 -  Настольный теннис
 -  Парусный спорт
-  Регби
-  Современное пятиборье
-  Стрельба
-  Стрельба из лука
-  Теннис
-  Триатлон
-  Тхэквондо
-  Тяжёлая атлетика
-  Фехтование
-  Футбол
-  Хоккей на траве

Виды спорта в словаре

Зимние олимпийские виды спорта

-  Биатлон
- Бобслей
 -  Бобслей
 -  Скелетон
-  Кёрлинг
- Коньковые виды спорта
 -  Конькобежный спорт
 -  Фигурное катание
 -  Шорт-трек
- Лыжные виды спорта
 -  Горнолыжный спорт
 -  Лыжное двоеборье
 -  Лыжные гонки
 -  Прыжки с трамплина
 -  Сноубординг
 -  Фристайл
 -  Саный спорт
 -  Хоккей

Текст

Сказать, что я худой, значит ничего не сказать. При росте 185 см я вешу всего 65 кг. Друзья **прикалываются**, что когда я иду, слышно как гремят мои кости. **За глаза** мне даже дали кличку **Кощей**. Меня это сильно **напрягает!** Выход один – набрать вес. Пробовал есть торты и пирожные. Не помогает. Записался в **качалку**. Сейчас тренируюсь **на массу**. В основном **налегаю** на **базовые упражнения**: присед, становую тягу, жим лёжа и стоя, ну и на пресс, конечно. В каждом упражнении я делаю 3 **подхода** по 6-8 повторений. Тренер говорит, что я делаю успехи. Главное, не торопиться и не **переборщить** с нагрузкой. Да, ещё я ем 5-6 раз в день, прямо как настоящий чемпион по бодибилдингу. Без этого никуда!

Используемая литература:

- <http://www.gramota.ru/>
- <http://ru.wikipedia.org/>
- <http://www.tasteofrussian.com/>



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ**