The background of the image is the flag of the Russian Federation, featuring three horizontal stripes of white, blue, and red. The flag is shown waving, with soft folds and highlights. The text is overlaid on the blue stripe.

Урок России

Я тоже могу изменить мир

«Живёт свободно только тот,
кто находит радость в исполнении
своего долга» Цицерон

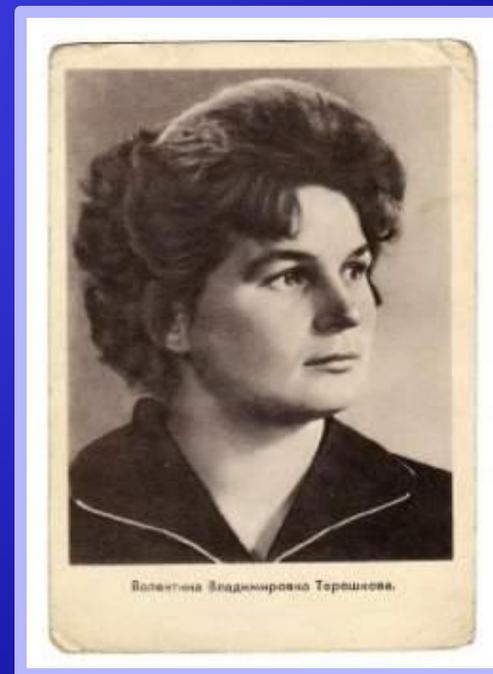
«Пока молоды, сильны, бодры,
Не уставайте делать добро!»
А. П. Чехов

Валентина Терешкова





Валентина Терешкова родилась 6 марта 1937 в деревне Большое Масленниково Ярославской области в крестьянской семье выходцев из Белоруссии. Отец — тракторист, мать — работница текстильной фабрики. Призванный в Красную армию в 1939 году, отец Валентины погиб на Советско-финской войне.



В 1945 году девочка поступила в среднюю школу № 32 города Ярославля, семь классов которой окончила в 1953 году. Чтобы помочь семье, в 1954 году Валентина пошла работать на Ярославский шинный завод браслетчицей, одновременно поступив на учёбу в вечерние классы школы рабочей молодёжи. С 1959 года занималась парашютным спортом в Ярославском аэроклубе (выполнила 90 прыжков). Продолжив работу на текстильном комбинате «Красный Перекоп», с 1955 по 1960 годы Валентина прошла заочное обучение в техникуме лёгкой промышленности.



ОАО Ярославский комбинат технических тканей «Красный Перекоп» (до революции — Ярославская Большая мануфактура, ЯБМ)



В отряд космонавтов Валентина Терешкова была зачислена 12 марта 1962 года и стала проходить обучение как слушатель-космонавт 2-го отряда.



Во время обучения она проходила тренировки на устойчивость организма к факторам космического полёта. Тренировки включали в себя термокамеру, где надо было находиться в лётном комбинезоне при температуре $+70^{\circ}\text{C}$ и влажности 30 %, сурдокамеру — изолированное от звуков помещение, где каждая кандидатка должна была провести 10 суток.

Тренировки в невесомости проходили на МиГ-15. При выполнении специальной фигуры высшего пилотажа — параболической горки — внутри самолёта устанавливалась невесомость на 40 секунд, и таких сеансов было 3—4 за полёт. Во время каждого сеанса надо было выполнить очередное задание: написать имя и фамилию, попробовать поесть, поговорить по рации. Особое внимание уделялось парашютной подготовке.



При выборе Терешковой на роль первой женщины-космонавта, кроме успешного прохождения подготовки учитывались и политические моменты: Терешкова была из рабочих, тогда как, например, Пономарёва и Соловьёва — из служащих. Кроме того, отец Терешковой, Владимир, погиб во время Советско-финской войны, когда ей было два года. Уже после полёта, когда Терешкову спросили, чем Советский Союз может отблагодарить за её службу, она попросила найти место, где был убит отец.





Свой космический полёт (первый в мире полёт женщины-космонавта) она совершила 16 июня 1963 года на космическом корабле Восток-6, он продолжался почти трое суток. Одновременно на орбите находился космический корабль Восток-5, пилотируемый космонавтом Валерием Быковским.

В день первого полёта в космос она сказала родным, что уезжает на соревнования парашютистов, о полёте они узнали из новостей по радио. 22 июня 1963 года Валентине Терешковой было присвоено звание Героя Советского Союза.

Была замужем за Андрияном Николаевым, свадьба состоялась 3 ноября 1963 года, среди гостей был сам Хрущёв. Вплоть до развода с Николаевым в 1982 году Терешкова носила двойную фамилию Николаева-Терешкова. Вторым мужем — Юлий Шапошников — умер в 1999 году.

8 июня 1964 года родилась дочь Елена Андрияновна: первый ребёнок, и отец и мать которого были космонавтами.



Валентина Терешкова с дочкой Леной



Валентина Терешкова и Андриан Николаев

Интересные факты

После выполнения космического полёта Терешкова поступила и окончила с отличием Военно-воздушную инженерную академию им. Н. Е. Жуковского, стала кандидатом технических наук, профессором, автором более 50 научных работ. Является единственной женщиной Земли, совершившей одиночный космический полёт. Все последующие женщины-космонавты летали в космос только в составе экипажей.



*Всю свою жизнь
Валентина
Владимировна занимала
активную позицию,
стремясь изменить мир
к лучшему. Была
депутатом Верховного
Совета СССР,
возглавляла комитет
советских женщин.
Никогда не теряла связь
со своей малой родиной –
Ярославлем. Она была
избрана в Думу
Ярославской области. А
сейчас является
депутатом
Государственной думы
Российской Федерации.*



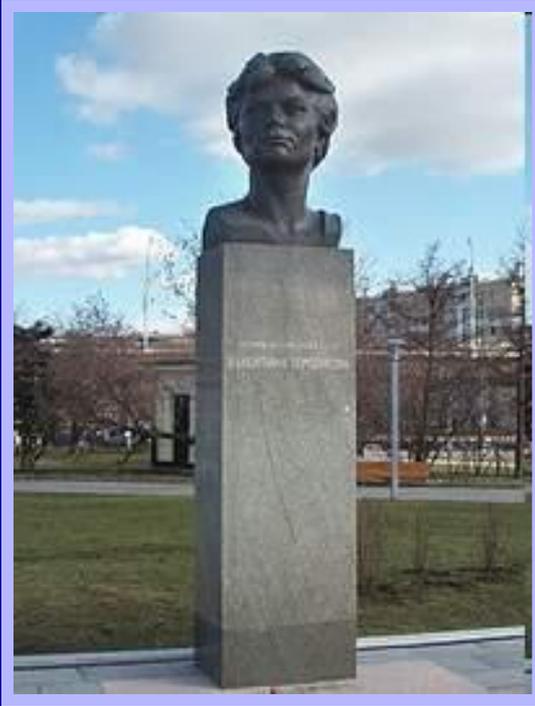
Признание заслуг

Её именем названы кратер на Луне и малая планета 1671 Chaika (позывной Терешковой во время полетов).

Ей присвоен почётный титул «Величайшая женщина XX столетия».

Её именем названа набережная в Евпатории.

Её именем названы улицы в Витебске, Волоколамске, Гродно, Иркутске, Кемерово, Клину, Королёве, Липецке, Мытищах, Ардатове, Новосибирске (Академгородок), Новочебоксарске, Одессе, Оренбурге, Ярославле, Красноярске и других городах. Её именем названа площадь в Твери.



Дмитрий Медведев награждает Валентину Терешкову Орденом Дружбы. 12 апреля 2011 года

На родине Терешковой в с. Никольское Ярославской области создан музей В.В. Терешковой «Космос женщины XX века».





7 апреля 2011 в г.Ярославле открыт Планетарий в честь первой женщины-космонавта В.Терешковой.

- Делать добро людям – это принцип жизни Валентины Владимировны Терешковой и других людей, которыми гордятся ярославцы, в том числе мы благодарны нашим спортсменам, которые стараются помочь развитию спорта и физкультуры в нашем регионе. Давайте вместе подумаем, а что такое делать добро, каким человеком надо быть, чтобы постоянно стремиться сделать окружающий мир лучше. Подумайте и закончите предложения:

- *Я хочу делать добрые дела, потому что....*
- *Чтобы изменить окружающий мир к лучшему, надо....*
- *Самое важное в жизни, это.....*



Символ Универсиады в Казани

Универсиада

- 27-я Всемирная летняя Универсиада-2013 завершилась безоговорочным триумфом российских спортсменов. В Казани наши ребята установили сразу два рекорда — по общему числу наград и по количеству завоеванного золота — 292 медали, из которых 155 золотых, 75 серебряных и 62 бронзовых.

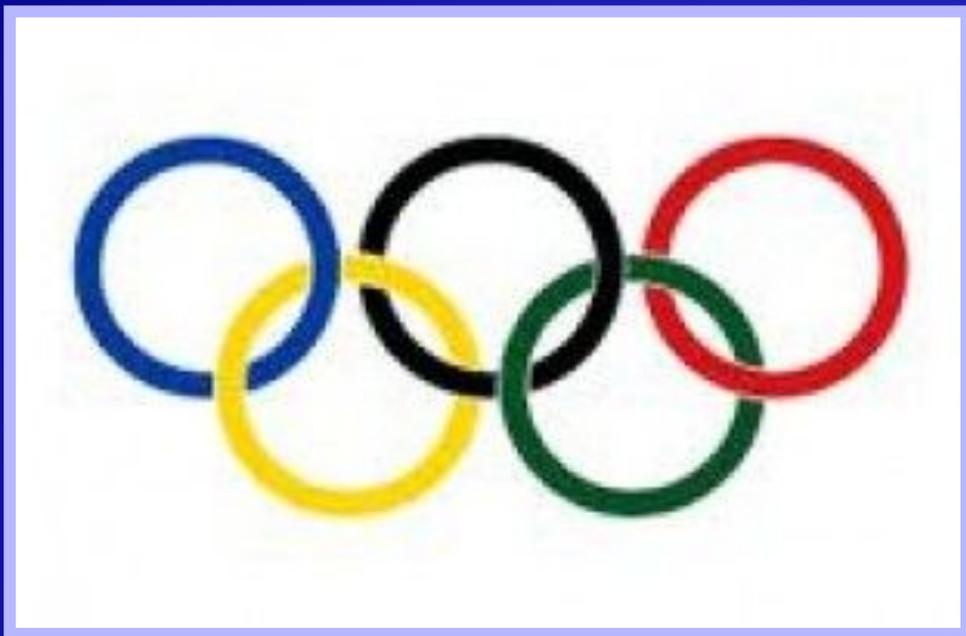


Греция – родина Олимпийских игр





ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ДРЕВНЕЙ ГРЕЦИИ – крупнейшие спортивные соревнования древности. Зародились как часть религиозного культа и проводились с 776 до н.э. по 394 н.э. (всего было проведено 293 Олимпиады) в Олимпии, считавшейся у греков священным место.



Этот символ был разработан
основателем современных Олимпийских
игр Пьером де Кубертенем

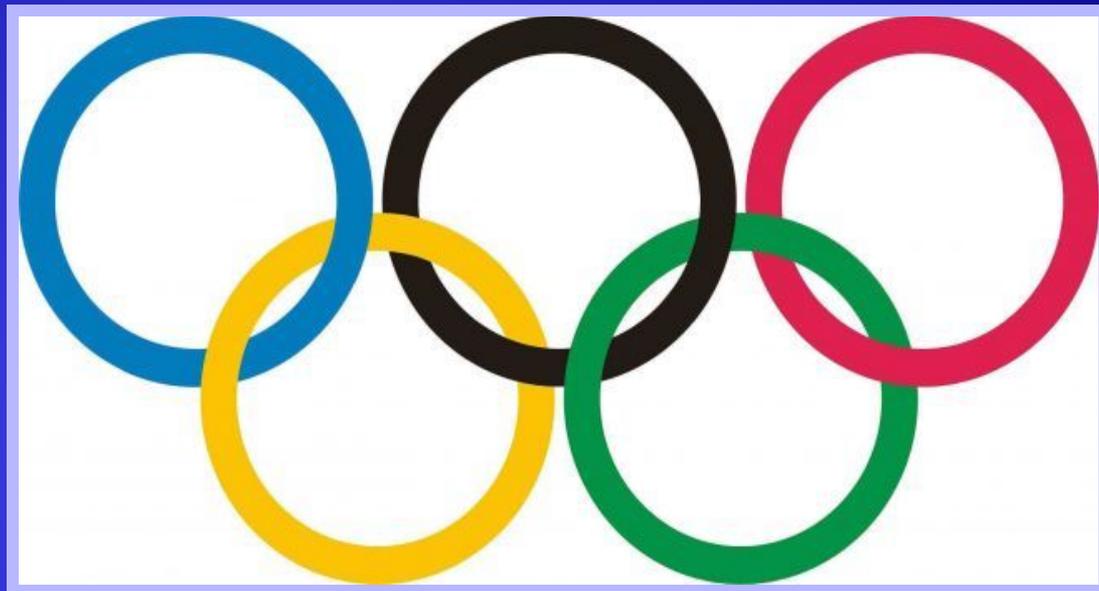


Пьер де Кубертен – основатель
современных Олимпийских игр

Олимпийские кольца - символ Олимпийских Игр - представляют собой пять переплетенных колец - их цвета - синий, желтый, черный, зеленый и красный - на белом фоне.

Они были разработаны основателем современных Олимпийских Игр Пьером де Кубертенем в 1912 году. В августе 1912 года на первой презентации колец де Кубертен сказал следующее:

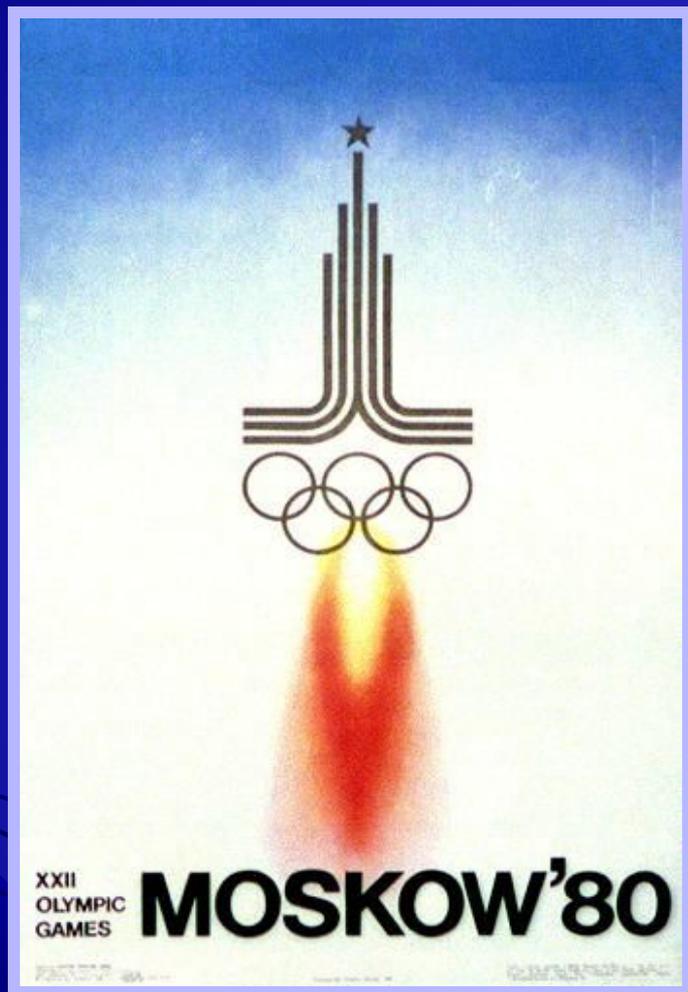
Эмблема была выбрана таким образом, чтобы проиллюстрировать и олицетворить собой мировой конгресс 1914 года: пять переплетенных колец разного цвета - синий, желтый, черный, зеленый и красный располагаются на белом поле. Эти пять колец символизируют пять населенных частей мира, которые желают участвовать в Олимпийском движении и принимают здоровую спортивную конкуренцию.



«Citius, altius, fortius» («Быстрее, выше, сильнее»).



Олимпиада в Москве 1980 год



Символы Московской олимпиады

Ванкувер 2010





Передача Олимпийского флага Сочи



Талисманы олимпиады В Сочи



**Факел Олимпиады-2014 в Сочи
сделан в виде пера жар-птицы.**

Подведение итогов

- 1. Хотите ли вы брать пример с таких людей как Валентина Владимировна Терешкова?
- 2. Какие черты личности Вы хотели бы сформировать у себя?
- 3. Можете ли вы реально изменять мир к лучшему.
- 4. О чем заставил задуматься этот урок.

Спасибо за внимание!

