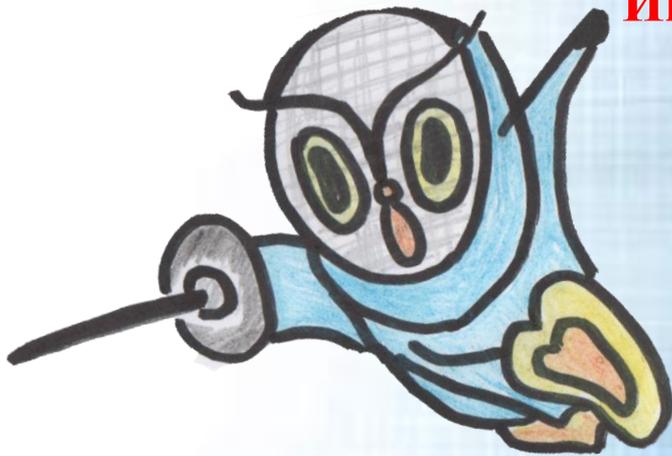


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя школа № 3»  
г. Дзержинска Нижегородской области

Конкурс детских творческих проектов  
«Спортивный стадион» программы  
«Разговор о правильном питании»  
(3 часть)

## «ДУЭЛЬ DE Z»

### Интеллектуальная игра



Авторы: Чиханова Александра,  
Нестеров Кирилл, Сорокина Анастасия,  
учащиеся 5 а класса  
Нестерова Жанна Валерьевна, родитель  
Руководитель: Дубровина Наталья Викторовна,  
учитель биологии I категории  
сот.тел. 8-910-79-15-217  
Адрес ОУ: 606036 Нижегородской область  
г.Дзержинск ул. Советская, 9б  
тел. (831) 22-23-42, 22-22-88

2015гг.

# МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА



**Фехтование** (нем. Fechtkunst, франц. escrime, от итал. schermire, защищаться) - искусство действовать холодным оружием

**«Фехтование есть искусство наносить удары, не получая их»**  
Жан – Батист Мольер



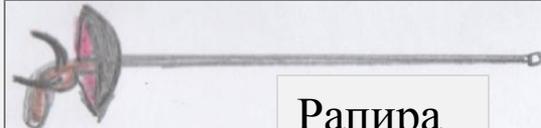
**1 РАУНД**

**Что находится в черном  
ящике?**



# ? Какого оружия по фехтованию не хватает ?

## Хронометраж старинного военного вида спорта

Бамбуковые палки 	Деревянная палка с рукояткой 	Пика Копье  Меч  	Шпага 	Шпага  Сабля   Рапира
XI– XII век до н.э.	1190г. до н.э..	VIII – XVI века Средневековье = рыцарский век	XVI век Век мушкетеров	XVII – по н.в. «Петровские времена» Олимпийский вид спорта с 1896г.
Япония Китай	Древний Египет	Европа	Франция	Россия



## 2 РАУНД



**Инна Васильевна Дериглазова**  
(1990г.р.) -российская  
фехтовальщица  
Заслуженный мастер спорта России

### Лучшие результаты

**Серебро** – Летние Олимпийские игры 2012  
**Золото** — чемпионат мира 2011 года  
**Золото** – чемпионат Европы 2012 года  
Бронза - чемпионат Европы 2012 года  
**Золото** - чемпионат России 2012 года  
**Серебро** — чемпионат Европы 2014 года

# ? Почему фехтование называют интеллигентным видом спорта?



Судейство ведется на французском языке – языке мушкетеров

### словарь терминов

«Ан гард» - к бою

«Эт ву прэ?» - Готовы?

«Алле» - начинайте

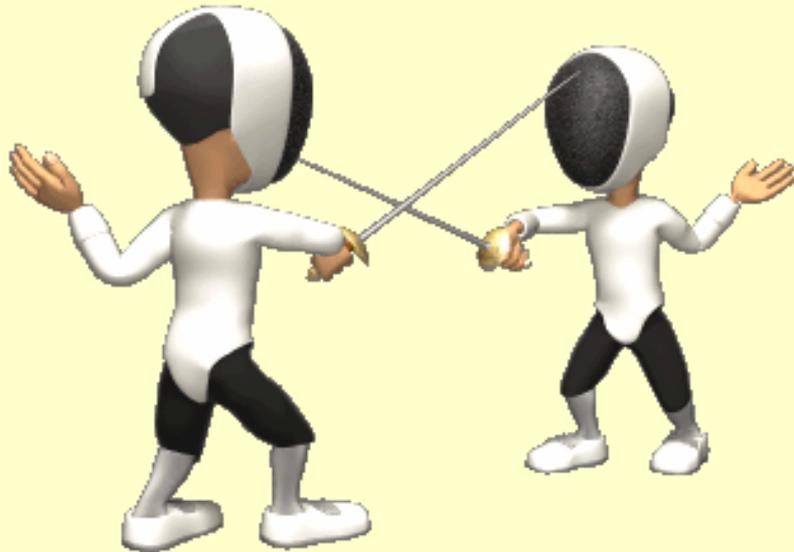
«Альт!» - стой!

## 3 РАУНД



**Андрей Никитин и Алексей Бородин,  
учащиеся 6 класса, будущие  
олимпийцы по фехтованию**

**?** Что общего между фехтованием и шахматами?



## 4 РАУНД



**Чиханова Елена Владимировна,**  
мама будущей российской  
чемпионки по фехтованию

# ? Изучите меню. В чем заключаются особенности питания спортсмена?



## МЕНЮ моей дочери фехтовальщицы

1 завтрак (7.00): чай с молоком, печенье

2 завтрак (школьный) (10.15):

картофельное пюре

мясная котлета

свежий огурец

чай

булка с маслом

Обед: (14.30) куриный бульон с зеленью

рыба с овощами

компот

хлеб ржаной

17.00 – 18.30 занятия по фехтованию (вода)

Ужин: (19.30): творожная запеканка

чай с вареньем

яблоко

### Формула питания спортсмена

$1Б : 1Ж : 4У + \text{витамины} + \text{вода}$

$100г : 100г : 400г \quad 1,5-2л$

ИЗ НИХ

$65\% Ж : 35\% Р$

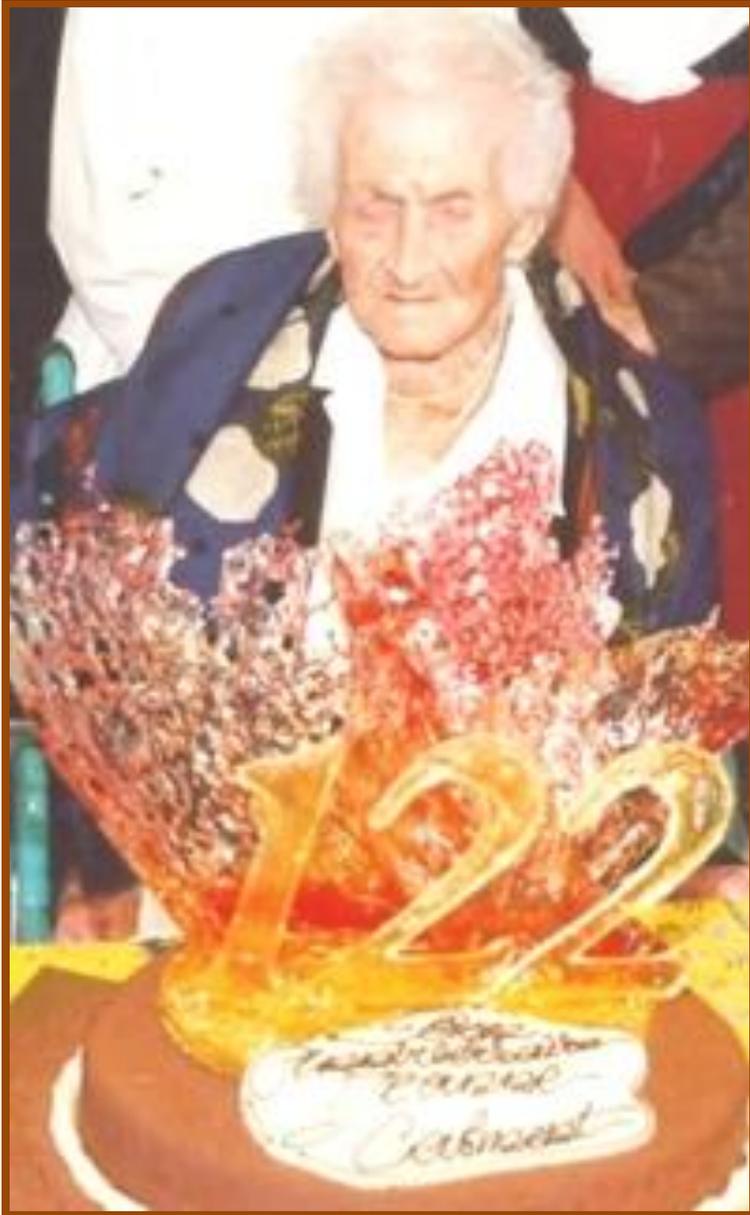
За 1 минуту занятия фехтованием расходуется

5 калорий

Одно занятие – 90 минут

В неделю 6 занятий!

## 5 РАУНД



**Жанна Кальман**, французская  
долгожительница  
(прожила 122 года 164 дня)  
Начала заниматься фехтованием  
в 85 лет

**? Что означает фраза «Фехтование – универсальный вид спорта»?**





**6 РАУНД**

# Черная маска





# ? О ком идет речь?

В 5 классе есть девчонка,  
Она - отважный мушкетер!  
В руке эфес, клинок блестит.

Умна, обворожительна, хитра.  
Призер трех соревнований по  
фехтованию!  
Кто она?



❖ Призер в открытом Первенстве Нижегородской области, 2012

❖ Призер в Новогоднем турнире, 2013

❖ Призер в открытом турнире, посвященный Дню Защитника Отечества, 2014

## ИНТЕРНЕТ - РЕСУРСЫ

1. <http://www.flitefencing.ru/42/> Из истории фехтования
2. [http://www.fencingfuture.org/cntnt/rus/fehtovanie/rus\\_history/n1.html](http://www.fencingfuture.org/cntnt/rus/fehtovanie/rus_history/n1.html) О чём поведали древние фрески
3. <http://yandex.ru/images> Смاليки фехтование
4. Yandex.ru А.Миронов Песенка о шпаге
5. <http://mfonin.livejournal.com/209258.html> о Жанне Кальман
6. <http://anydaylife.com/fact/post/794> 10 фактов о фехтовании
7. <http://www.aif.ru/health/children/25466>
8. <http://on-sports.ru>
9. <http://www.mhealth.ru/form/sport>
10. <http://health-diet.ru/people/user/48542/blog/23439/>
11. <http://www.dieta.ru/fitness/tablerash/>
12. <http://jagodicy.ru/tablicy-i-formuly/produkty-soderzhashhie-zhiry-i-uglevody.html>

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !**

