

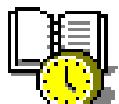
# Молодёжь выбирает спорт

*О, спорт, ты – мир!*

*П.де Кубертен*



Автогонщик, альпинизм, атлетика (лёгкая, тяжёлая), атлет  
Бадминтон, баскетбол, бейсбол, биатлон, болельщик, блокировать  
(игрока), болеть (за кого), бокс, боксёр  
Велосипедист, водное поло, волейбол, вратарь  
Гимнастика (спортивная, художественная), гимнастический зал, гол,  
горнолыжник, гребля, гребец  
Дискобол, добиться победы, достигнуть результата  
Закаляться, закалка, заниматься (плаванием, фигурным катанием и  
др.), зарядка, занять первое место  
Играть в хоккей, в сборной, за сборную, на поле, на площадке  
Каток, катание (на роликах), клюшка, кубок  
Лёгкая атлетика, легкоатлет, лёд, лыжи  
Матч, метание копья, мотоциклетные гонки  
Набрать очки, нанести поражение, нарушение правил, ничья  
Олимпиада, очко  
Парное катание, пенальти, плавание, победа, посвятить себя спорту,  
потерпеть поражение, прыжки (в высоту, в длину, с шестом, с  
трамплина), пятиборье  
Разряд (спортивный), регби  
Самбо, сборная (университета, страны), соревнования, состязания,  
спортсмен, стадион, стрельба  
Теннис (большой, настольный), тренер, тренировка  
Увеличить (счёт), увлечение спортом, универсиада, успехи, удар по  
воротам, участвовать в соревнованиях  
Фигурное катание, фигурист, физкультура, футбол  
Ходьба (спортивная), хоккей  
Чемпионат, чемпион (по плаванию)  
Шахматы, шашки  
Яхта, яхтклуб, яхтсмен



*Выполняем лексико-грамматические упражнения.*

1. Скажите, каким видом спорта занимаются следующие спортсмены:

боксёр, пловец, гребец, конькобежец, бегун, стрелок, лыжник, гимнаст, автогонщик, фехтовальщик, борец, легкоатлет

*Образец: Теннисист – тот, кто занимается теннисом.*

**2. Составьте словосочетания по модели, напишите предложения с этими словосочетаниями.**

А) прилагательное + существительное: мяч – штрафной мяч

спорт, бег, игра, площадка, встреча, дистанция, ходьба, победа, команда, форма, чемпионат, соревнования.

Б) глагол + существительное: набрать – набрать очки

увеличить, нанести, сделать, заниматься, получить, забить, провести, бросить, готовиться, взять.

**3. Вставьте глаголы группы играть с приставками С-, ВЫ-, ПРО-, ПО-, ДО-, ОБ-.**

1. Может мы немного ... в шахматы?
2. Во втором тайме наши ребята забили еще один мяч и ... этот матч.
3. Давайте ... партию до конца, а потом отдохнем!
4. И на этот раз ты меня ...!
5. Я вам предлагаю .... ещё одну партию.
6. Как .... наши? Кто кому ...?

**4. Замените словосочетания, используя глаголы *играть, сыграть, проиграть, выиграть.***

Закончиться с ничейным результатом; провести две игры без поражений; взять верх; взять реванш; одержать победу; потерпеть поражение; нанести поражение.

**5. Выберите из группы слов четыре, характеризующие определенный вид спорта. Расскажите, что вы знаете о нём.**

1. Поле, штанга, ворота, мяч, клюшка
2. Сетка, корзина, мяч, штраф, площадка
3. Бассейн, мяч, пловец, замена, эстафета
4. Стол, шарик, пенальти, ракетка, сетка

5. Коньки, фигуристы, лёд, дистанция, оценки.

**6. Подберите синонимы к фразеологизмам.**

Бежать во весь дух, сыграть всухую, разбить в пух и прах, второе дыхание, чувство локтя.



**7. Прослушайте текст. Скажите, какие виды спорта упоминаются в рассказе. В чём заключается главная мысль текста?**

**КТО ПОБЕДИТ?**

Я был лысый, худой, сутулый и в очках. Женщины обращали на меня внимание только в том случае, когда надо было передать пять копеек за проезд в переполненном автобусе. Никто не слышал стука моего сердца, не видел, какой огонь горит в моих глазах за толстыми стёклами моих очков.

Однажды я проходил мимо волейбольной площадки, где шла оживлённая игра. Встречались женские команды, и я остановился. Но вдруг мяч полетел в мою сторону, удар – и я оказался на земле. Я приходил в себя медленно. Сначала я почувствовал на лбу чью-то прохладную руку, потом увидел внимательные добрые глаза. Я не сразу понял, что меня ласково поддерживает девушка, которая только что выше всех прыгала на площадке и наносила самые сильные удары. Она отвела меня домой, напоила чаем, успокоила, и после этого мы стали встречаться.

Времени для встреч у неё не хватало, но я не сдавался. Каждое утро ровно час она бегала в городском парке. Я тоже стал туда ходить. Сначала мне удавалось пробежать рядом с ней только десять метров. Кроме сводки погоды за это короткое время мне ничего не удавалось сообщить. Почти то же происходило в бассейне. Вечером на волейбольной площадке я подавал мячи, и наши руки иногда соприкасались. Тогда я понимал, что надо решиться, и очень завидовал тем, кто по воскресеньям вместе с ней прыгал с парашютом. Ведь до земли лететь так долго – можно обо всем поговорить.

Прошло немного времени, и я стал бегать с такой же скоростью, как и она. Мы вместе плавали в бассейне, на волейбольной площадке она с трудом брала мои мячи. Плечи мои стали широкими, мышцы налились силой, на голове снова выросли волосы, глаза стали зоркими, как у орла. Однажды во время прыжка с высоты 2400 метров я, перекричав ветер, признался ей в любви. Она молчала долго и у самой земли сказала: «Раньше вы были так прекрасны и беспомощны ... Куда всё ушло? Вы стали, извините, похожи на наших мальчиков из сборной. Это так скучно!»

Мы приземлились, она свернула парашют и пошла к автобусу.

На днях я увидел её на теннисном корте. Мячи ей подавал какой-то лысый сутулый тип в очках. Узнать, где он живёт и работает, было нетрудно. Завтра я встречусь с ним и как следует им займусь. Он будет у меня бегать, как лось,

плавать, как дельфин, он установит мировой рекорд в поднятии тяжестей. А я тем временем буду активно нарушать режим, курить и сутулиться ... И тогда мы посмотрим, кто из нас победит!

(по рассказу А. Юрикова)



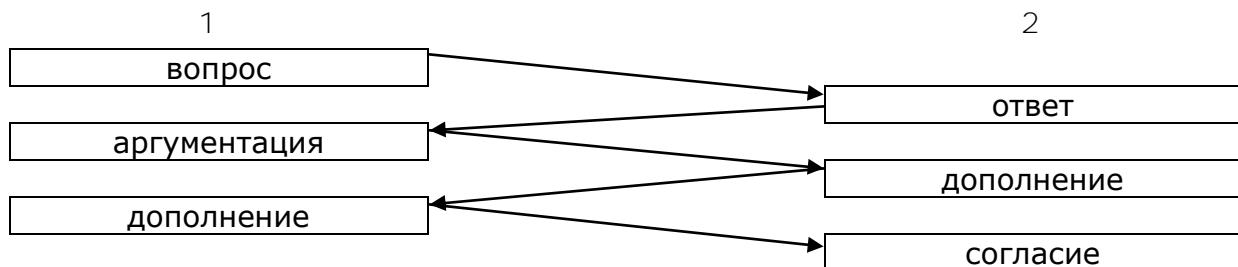
1. Каков характер героев?
2. Как герои рассказа относятся к спорту и спортсменам?
3. Как изменила героя рассказа любовь?



**8. Составьте микродиалоги по следующим функциональным схемам:**

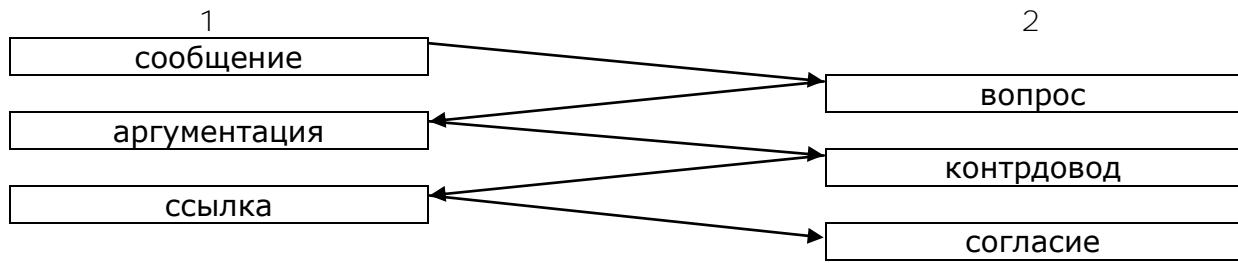
**А**

- 1 – убедите своего собеседника, что стоит заниматься зимними видами спорта
- 2 – объясните, почему вы не занимаетесь зимними видами спорта



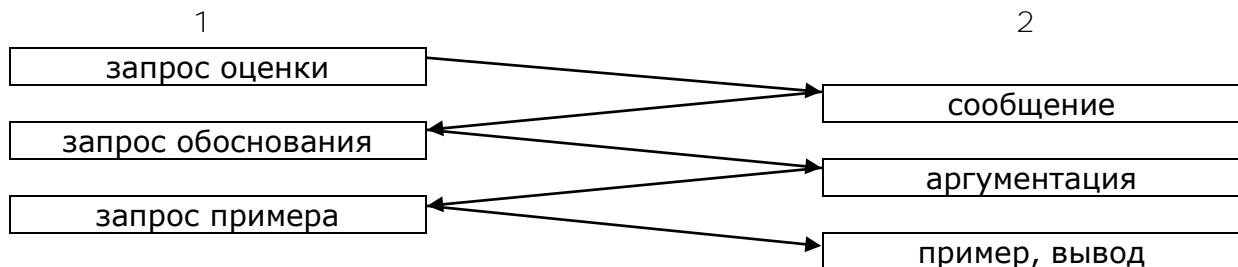
**Б**

- 1 – обоснуйте важность закалки и физических упражнений
- 2 – объясните, почему вы не делаете утреннюю зарядку



**В**

- 1 – узнайте, как Ваш друг относится к применению допинга
- 2 – выразите негативное отношение к применению допинга в спорте





**9. Сравните мужские и женские виды спорта. Приведите примеры в пользу своего мнения о сходствах и различиях мужского и женского спорта.**



**10. Переделайте интервью в короткий рассказ:**

- а) от лица журналиста;*
- б) от имени спортсмена.*

Мне поручили написать в газету статью о развитии спорта в университете. Я решил поговорить с одним из студентов нашего факультета, мастером спорта по баскетболу, членом сборной команды спортивного клуба "Уникс".

- Я слышал, Вы уже три года занимаетесь баскетболом и не пропускаете ни одной тренировки. Что дают Вам занятия спортом?

- Прежде всего, спорт помогает мне хорошо учиться. Ежедневно я делаю утром зарядку и дважды в неделю хожу на тренировки – играю с товарищами по команде. Кстати, с сегодняшнего дня начинаем готовиться к соревнованиям. Через месяц будем играть с ребятами из технического и медицинского университетов.

- Надеетесь выиграть?

- Конечно, без веры в победу нельзя выходить на спортивную площадку.

- Говорят, недавно наши волейболисты потерпели поражение в межуниверситетских соревнованиях. Правда ли это?

- К сожалению, это так, но думаю, что они через некоторое время смогут взять реванш, ведь у нас эта команда хорошо подготовлена.

- Какие виды спорта Вас привлекают, кроме баскетбола?

- Прошлой осенью я играл в футбол. Приятно было слышать подбадривающие крики студентов, которые болели за нашу команду.

- Почему та игра запомнилась?

- Помню, тогда нам тяжко пришлось...

- И кто победил?

- Мы, конечно же, хотя и с большим трудом.

- А как насчет других видов спорта, плавания, например?

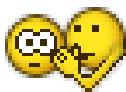
- Откровенно говоря, наши пловцы делают еще только первые шаги, но тренируются они с полной отдачей, не жалея сил.

- Но где они занимаются зимой?

- В Казани много плавательных бассейнов, так что для ребят это не проблема. Пловцы полны решимости победить на первых же соревнованиях.

- Что же, пожелаем им удачи! А Вам – спасибо за интервью.

- Всего доброго! До свидания! Успехов Вам!



**11.** Возьмите интервью у ректора университета о спортивных достижениях студентов вуза и подготовке к универсиаде, которая будет проводиться в 2013 году в Казани. Используйте следующий сценарий речевого поведения журналиста.

- ✓ Ввод в проблему. Запрос информации
- ✓ Уточнение информации
- ✓ Запрос мнения
- ✓ Запрос разъяснения мнения
- ✓ Запрос оценочного суждения
- ✓ Запрос обоснования оценки
- ✓ Запрос сравнения
- ✓ Запрос примера
- ✓ Запрос предположения
- ✓ Запрос вывода



**12.** Прочтайте информацию. Выскажите собственное мнение о главных достижениях Олимпиады в Пекине. Аргументируйте свою точку зрения.

Журнал BusinessWeek составил список победителей и проигравших Олимпиады. В число победителей в первую очередь попали зрители, считает издание, отдавая должное организаторам Пекинской Олимпиады, а также спортсменам (таким как Майкл Фелпс и Усейн Болт), которым удалось поразить нас за эти 16 дней своими достижениями.

Журнал BusinessWeek считает победителями и китайский народ, который, безусловно, испытал прилив национальной гордости, когда сборная Китая с большим отрывом опередила США по количеству золотых медалей. "Это повысит популярность спортсменов и улучшит здоровье Китая, где традиционно спорт не пользовался особенной популярностью", - пишет издание.

Правительство Китая - тоже победитель. Согласно исследованию компании Ogilvy & Mather, 25% китайцев убеждены, что после Олимпиады на Западе станут относиться к Китаю с большим пониманием, избавившись от многочисленных стереотипов.



1. Что даёт большой спорт спортсменам и другим людям?
2. Почему города и страны борются за право принимать Олимпийские игры и другие крупные соревнования?



### 13. Прочитайте информацию. Скажите, что Вы знаете о роли спорта в жизни людей с ограниченными возможностями.

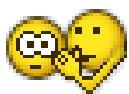
Слово "паралимпийский" произошло от слияния двух слов: "para", обозначающее "вместе" и "olympic"- олимпийский.

Возникновение видов спорта, в которых могут участвовать инвалиды, связывают с именем английского нейрохирурга Людвига Гуттмана, который, преодолевая вековые стереотипы по отношению к людям с физическими недостатками, ввёл спорт в процесс реабилитации больных с повреждениями спинного мозга. Он на практике доказал, что спорт для людей с физическими недостатками создает условия для успешной жизнедеятельности, восстанавливает психическое равновесие, позволяет вернуться к полноценной жизни независимо от физических недостатков. Во время Второй мировой войны на базе Сток-Мандевильского госпиталя в английском городе Эйлсбери Людвиг Гуттман основал Центр лечения спинных травм, где были проведены первые соревнования по стрельбе из лука для спортсменов на креслах-каталках. 28 июля 1948 года группа инвалидов, которая состояла из 16 парализованных мужчин и женщин, бывших военнослужащих, впервые за всю историю спорта взяла в руки спортивное снаряжение.

В 1956 году Людвиг Гуттман разработал хартию спортсменов, сформировал основы, на которых в дальнейшем развивался спорт инвалидов. В 1964 году была создана Международная спортивная организация инвалидов, к которой присоединились 16 стран. Во время состязаний в Токио в 1964 году по 7 видам спорта впервые был официально поднят флаг, сыгран гимн и была обнародована официальная эмблема игр. Графическим символом мирового паралимпийского движения стали красная, синяя и зелёная полусфера, которые символизируют ум, тело, несломленный дух.

С каждыми следующими играми возрастало число участников, расширялась география стран, увеличивалось количество видов спорта. В 1988 году на международных играх в Сеуле спортсмены-инвалиды получили право доступа к спортивным сооружениям города-организатора Игр. Именно с этого времени соревнования стали проводиться на тех же аренах, на которых состязаются здоровые олимпийцы регулярно каждые четыре года, после проведения Олимпийских игр.

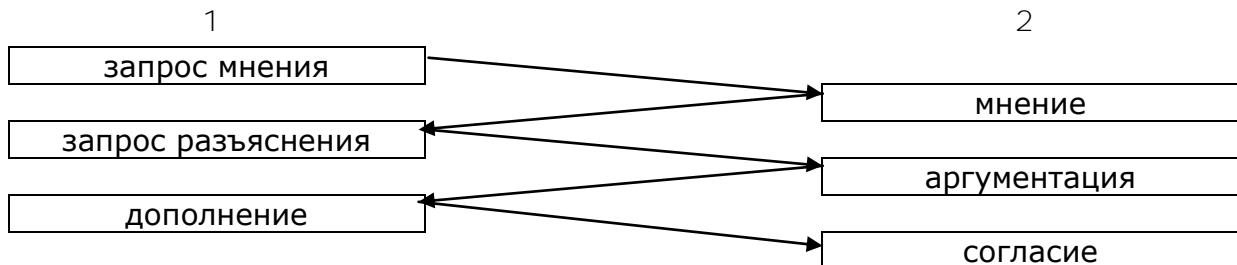
Паралимпийских видов спорта семнадцать: стрельба из лука, легкая атлетика, велосипедный спорт, выездка, фехтование, дзюдо, тяжёлая атлетика, стрельба, футбол, плавание, настольный теннис, баскетбол колясочников, регби и теннис колясочников, волейбол, лыжный кросс и хоккей с шайбой.



#### 14. Составьте микродиалоги по следующей функциональной схеме:

1 – выясните мнение собеседника о соревнованиях для людей с ограниченными возможностями

2 – выразите свое отношение к паралимпийским играм, разъясните его



#### 15. Прочтайте информацию об экстремальном спорте.

Высажите собственное мнение об экстреме и экстремалах.

❖ Много ли нам нужно, чтобы чувствовать себя уверенно? Достаточно просто уметь делать то, чего не умеют другие. Спорт дает человеку такую возможность. Но есть трудности. К серьезному спорту так просто не подобраться. Нужно начинать с детства, следовать системе, слушаться тренера, соблюдать дисциплину. Спорт превращается в рутину, и, кажется, что настоящая жизнь опять проходит мимо. Экстрем - это не только спорт. Это жизненная философия свободы, вызова окружающему миру, школа преодоления внутренних страхов и комплексов. Экстремальные увлечения мобилизуют таланты человека, возможности его тела, способности его воображения. Xtreme расширяет границы дозволенного, разрушает правила и создает новые вселенные ощущений, образов, достижений.

❖ Экстремальный спорт - это попытка человека противостоять стихии и неблагоприятным условиям окружающей среды. Тонкая грань между жизнью и смертью. Глоток адреналина, жажда которого заставляла множество людей пускаться в опасные и рискованные мероприятия - покорять горы и моря, лёд и пламень. Наиболее популярны экстремальные виды спорта у молодёжи. Молодые люди стремятся достичь предела своих возможностей, преодолеть страх, испытать ни с чем не сравнимые чувства.

❖ Экстремальный спорт - обобщенное название новых популярных видов спорта, которые связаны со скоростью, высотой, глубиной, различного рода опасностями и великолепной зрелищностью. В основе - фактор экстрема, вызывающий выброс адреналина в кровь. И это заставляет экстремальных спортсменов вновь и вновь рисковать. Ощущения эти настолько сильны, что в медицине даже появилось определение "адреналиновый наркоман", чем сами

экстремалы и объясняют свою тягу к риску.

❖ Замечено, что всё экстремальное пробуждает ранее утерянный интерес к жизни. Для дельтапланеристов (альпинистов и других) занятие экстремальными видами спорта - это шанс для проявления всего лучшего, что может быть в человеке. На краю пропасти как-то странно думать о ремонте ванной или перепалке с начальником - нужно просто выживать, чувствовать себя сильным, помогать слабому, кого-то спасать, жертвуя собой. В таких ситуациях человек понимает, чего он стоит, лучше узнаёт себя и тех, кто рядом с ним.

❖ Экстремальный спорт - это перешагивание за физический и эмоциональный предел возможностей человека. Инстинкт самосохранения, старательно оберегая человека, выстраивает для него этот предел, а экстремальщики с упорством его преодолевают. Человек не должен летать потому, что крыльев у него нет, - так некоторые упрямцы убеждают себя в том, что рождены именно для этого. А все эти трюки с сальто противоречат всемирному тяготению. Так экстремальщики и через законы физики перешагивают.

(по материалам сайтов: [medportal.ru](http://medportal.ru); [Sportcom.ru](http://Sportcom.ru))



1. Чем экстремальный спорт отличается от традиционных видов спорта?
2. Каких людей привлекают экстремальные виды спорта?
3. Что ценного даёт экстремальный спорт человеку?
4. В чём состоят опасности экстремального спорта?
5. У экстремального спорта больше достоинств или недостатков?
6. Как вы относитесь к экстремалам?
7. Есть ли среди ваших знакомых спортсмены-экстремалы? Расскажите о них.



**16. Прочитайте информацию об экстремальных видах спорта.  
Ответьте на вопросы.**

**Паркур** - это новое веяние в молодежной экстремальной культуре. Parkour происходит от французского слова "parcours" и является искусством максимально эффективного преодоления полосы препятствий, встречающейся на пути движения человека. В паркуре можно использовать только ресурсы человеческого тела. Задача спортсмена - не прекращать движение и достичь цели максимально коротким способом. Профессиональный трейсер (правильное название спортсмена, занимающегося паркуром) должен быть всесторонне физически развит, пластичен, лёгок. Для него не существует непроходимых мест. "Умный в гору не пойдёт, умный гору обойдёт" - это антитрейсерская поговорка. Паркур-тренировки дают возможность ощутить полный контроль над своим телом и приблизить его возможности к идеальным.

Стандартные полосы препятствий и одновременно тренажеры для паркура - это лестницы, деревья, дома, гаражи, скалы, стройки. Здесь не существует конкретного набора движений, и каждое препятствие в паркуре по-своему уникально. Наиболее важными качествами для трейсера, помимо отличной физической подготовки, является умение быстро ориентироваться в каждой ситуации, оценивать препятствия, расстояния, свои возможности. Поэтому паркур, помимо приятного ощущения мощи собственного тела, даёт спортсмену возможность применять свои навыки в повседневной жизни. Эта особенность - достаточно большая редкость для прочих экстремальных видов спорта.

Змеем воздушным взлететь в небеса! Мечта человека чувствовать ощущение полёта снова сбывается, благодаря кайтингу. **Кайтинг** - это общее название всех разновидностей экстрема, связанных с катанием, использующим силу воздушных змеев.

**Параглайдинг** - это полёты на параплане - на крыле, сделанном из материи. Краткая справка: слово параплан произошло от слов *парашют* и *планирующий*. Параглайдинг является очень модным, но в тоже время не дорогостоящим видом спорта. Для того чтобы заниматься параглайдингом, не нужно быть мастером спорта, иметь рельефную мускулатуру или обладать богатырским здоровьем. Для занятий параглайдингом достаточно желания и нормального здоровья.

**Роликовые коньки** - один из самых распространённых видов экстремального спорта. Детей с самого детства стараются приучить к спорту, покупая им ролики. Иметь свои роликовые коньки - мечта каждого подростка. Катаясь на них, мы улучшаем наше здоровье, любуемся красивыми видами, знакомимся с новыми людьми. Основополагающим является экстремальное катание. За последнее время появилось очень много стилей катания на роликах, и все они хороши по-своему.

- 
1. Какие экстремальные виды спорта вы знаете?
  2. Каким экстремальным спортом вы хотели бы заниматься? Почему?
  3. Какой из экстремальных видов спорта, по вашему мнению, самый опасный, самый бесполезный, самый привлекательный, самый романтичный, самый героический, самый дорогой.
  4. Какие виды экстремального спорта популярны в вашей стране? Проводятся ли по ним соревнования?
  5. Каким экстремальным спортом вы разрешили бы заниматься своим детям?



**17. Прочтите информацию об истории Универсиад. Выскажите предположение о том, как изменится Казань к 2013 году, когда в ней будет проводиться Универсиада.**

Универсиада по значимости, представительству, масштабу и затратам – второе международное спортивное мероприятие после Олимпийских игр. Её так и называют – студенческой Олимпиадой. В ней принимают участие студенты и аспиранты от 17 до 28 лет из 141 государства мира. В программу Универсиады постоянно входит 13 видов спорта. Хозяева Универсиады имеют право добавлять еще три спортивных вида по своему выбору. За свою 85-летнюю историю Универсиада только один раз проводилась в Москве – летом 1973 года. И вот спустя 40 лет она снова возвращается в Россию. По замечанию премьер-министра РФ Владимира Путина, Универсиада-2013 в Казани станет отличной прелюдией к Олимпиаде-2014.



**18. Скажите, какие проблемы большого спорта отражены в анекдотах. Как вы относитесь к явлениям, высмеиваемым в этих шутках?**



Курс обучения горнолыжника состоит из трёх частей, - сообщает инструктор, - научиться пристёгивать лыжи, научиться спускаться с горы и, наконец, научиться ходить на костылях.



Футбол - это когда двадцать два человека не пьют, не курят, следят за здоровьем и постоянно занимаются спортом. А тысячи других людей за них болеют, пьют, курят и портят нервы и здоровье друг другу.



Футбол - это когда все смотрят, как двадцать два миллиона играют в мяч.



Внимание! На сайте МОК начинает работу аукцион судей на грядущие Олимпийские игры. Организаторы призывают всех к активному участию. Обеспечьте медали своим любимым спортсменам!

Роскомспорт доволен успехами, достигнутыми в теннисе и борьбе. Следующим президентом России спортивный комитет просит избрать футболиста.



**19. Проведите ролевую игру: обсудите программу мероприятий общегородского праздника «Выбираю спорт!»**

Акция «Выбираю спорт!» – это ежегодное мероприятие, цель которого – реализация посредством физической культуры и спорта важнейших социальных задач, стоящих перед властью и обществом:

- популяризация физической культуры, спорта и здорового образа жизни,
- оздоровление нации,
- профилактика правонарушений и наркозависимости среди детей и подростков.