



Дистанционные задания и рекомендованные ресурсы

к дополнительной образовательной программе

**Секция "Спортивный МІХ"
(ВОЛЕЙБОЛ, БАСКЕТБОЛ, ФЛОРБОЛ)**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа "Спортивный МІХ"

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 8-18 лет

Срок реализации: 2 года

педагог дополнительного образования: Курманова Е.А.

*Дорогие, ребята, мы продолжаем наше
обучение, и я вам предлагаю выполнить
следующие задания:*

Раздел программы: «Общая физическая подготовка» (ОПФ)

(23.04.2020 г.)

Тема: «Спорт и время »

1. Роль учета времени в спорте;



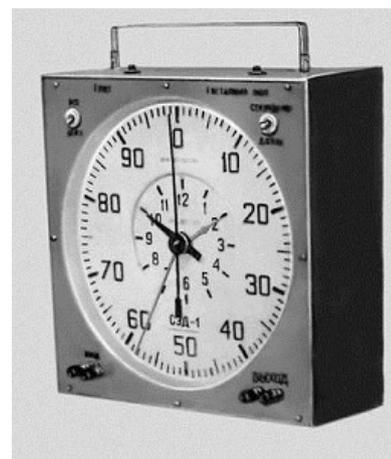
2. Измерительные приборы в спорте(секундомер).

Участникам соревнований всегда хочется быть победителями, но как узнать кто кого быстрее?

Конечно, можно поставить нескольких соперников рядом (что и делали в течение тысячелетий), но тогда результат будет относительным.



Хотя во времена Древней Греции были уже часы (солнечные и клепсидра), но ими на соревнованиях не пользовались по причине их неточности. Только с 1731 года впервые стали измерять время до секунд по обычным часам, произошло это во время конных состязаний в Англии. Прототип современного секундомера появился благодаря



швейцарскому талантливому часовщику Абрахаму-Луи Брегу, который в 1820 году сконструировал первый в мире хронограф, обладающий к тому же двумя стрелками (что позволяло мерять скорость сразу 2-х спортсменов). Это изобретение сразу же популяризировалось в мире спорта, так как существенно облегчало работу судей. Но его совершенствование не остановилось – уже через 40 лет точность измерения составляла 0,2 сек., а ещё через 40 лет – 0,1 сек. Тогда же, уже проверенную систему измерения времени применили впервые на Олимпийских играх. Так точность росла с каждый десятилетием, пока не достигла 0,001 сек (1967 год). Но спустя 3 года на смену механическим измерителям времени пришли электронные, которые работали с точностью до десятитысячной доли секунды. В спорте данное ноу-хау применили в 1973 году для фиксации результатов на соревнованиях по легкой атлетике. Со временем технические достижения позволили измерять не только время «от и до», какого-либо спортивного события (пробега, заплыва, удержания штанги), но и фиксировать более сложные для замера результаты. Например, скорость полета мяча в теннисе. Также были разработаны приспособления, которые весьма облегчали жизнь тем, кто отвечал за полученные данные, среди них – панель касания для пловцов и фотофиниш. Благодаря, подобным устройствам стало доступно определять победителя там, где раньше объявлялась ничья. Например, на Олимпиаде 1972года на

соревнованиях по плаванию вольным стилем один участник обошел другого
лишь на 0,0025 сек.

Домашнее задание:

С помощью секундомера установить количество
приседаний за 20 секунд.

Выполнять несколько раз, результаты сравнить (утро,
день , вечер).

Фото или видео выполнения задания присылать педагогу
на What's App или почту kurmanova@bk.ru

Фото : www.yandex.ru