

ФОРМА_3

Название команды-рецензента					Название команды-докладчика						Название оцениваемого доклада								
Звёздочки					Юные биологи						В спорте рождается истина								
№	0	1	2	3	4	5	5а	5б	5в	5г	5д	6	7а	7б	8	8а	8б	Сумма	
Оценка	0	1	2	1	2	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	10	

ФОРМА_4

Название команды-рецензента		Название команды-докладчика		Название оцениваемого доклада		
Звёздочки		Юные биологи		В спорте рождается истина		
№	РЕЦЕНЗИЯ					Баллы
9	Оценка содержания					
9а	Тема раскрыта поверхностно. Предложен только один вариант решения. Нет полноты, глубины изучения данного вопроса.					1
9б	Оригинальности решения данного вопроса мы не увидели, так как присутствуют общие фразы, не встречаются малоизвестные факты, нет собственных рассуждений.					0
9в	Научная терминология отсутствует.					0
9г	Решение данного доклада для нас доступно, понятно, но не убедительно.					1
9д	Логичность и последовательность решения вызвало у нас много вопросов, так как названы только один летний и один зимний вид спорта, нет сравнения их с другими видами спорта.					1
9е	Используются только изображения, которые никак не связаны с текстом решения.					0
9ж	В целом нам доклад не понравился. Приведённые аргументы не подкрепляются фактами. Ничего интересного и познавательного, к сожалению, мы не почерпнули.					0
10	Оценка решения					
10а	В докладе внимание на сильных сторонах решения не акцентировано.					0
10б	Контраргументы и несостоятельность альтернативных вариантов решения не рассмотрены.					0
10в	На наш взгляд решение данного вопроса неубедительно и в общем доклад нам не понравился.					1
11	Дополнение					
11а	<p>Для сравнения видов спорта мы бы использовали следующие критерии: доступность, травматичность, ограничения по возрасту, заболеваниям и степень воздействия на группы мышц и системы органов. Некоторые из них рассмотрены докладчиком. Возможные дополнения:</p> <p>1. Плавание и лыжный спорт любому возрасту покорны: родители, дедушки и бабушки могут тренироваться вместе с детьми и внуками. 2. Эти виды спорта повышают силу и выносливость, нормализует давление, помогает бороться с ожирением, сахарным диабетом и депрессией, укрепляют мышечный корсет, развивают координацию движений и выносливость, умение держать равновесие. 3. Выталкивающая сила воды ослабляет нагрузку на позвоночник и суставы, поэтому плавание подходит тем, у кого есть проблемы с опорно-двигательным аппаратом. Основу движения на лыжах составляют скользящие шаги с</p>					---

	<p>мягкими, эластичными, затяжными действиями. Это полезно для укрепления костно-суставного аппарата юных лыжников, а в преклонном возрасте позволяет избежать хрупкости костей, сохранить подвижность всей опорно-двигательной системы. Но не стоит забывать, что лыжи являются одним из самых травмоопасных видов спорта.</p> <p>Также мы считаем, было необходимо, привести малоизвестные факты. Например:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Австралийские ученые проверили 180 детей от трех до пяти лет на сообразительность. Исследование показало, что дети, которые с ранних лет занимались плаванием, были гораздо умнее, чем их сверстники, которые боятся воды. 2. Даже не плавая, а просто держась на поверхности воды, можно израсходовать 200–300 ккал за 1 час. 3.Благодаря плаванию почти в 20 раз увеличивается в крови детей гормон роста соматотропин. 4.Плавание полезно для сердечно-сосудистой системы. У людей, регулярно занимающихся плаванием, частота сердечных сокращений в покое снижается с 60 до 55 (50) уд./мин. Для сравнения: у тех, кто не любит водные виды спорта, этот показатель составляет 65–57 уд./мин. 5.Группа исследователей из университета Extremadura в Испании и португальского университета Эворы в течение 8 месяцев наблюдали за 33 женщинами, страдающими фибромиалгией. Ученые выяснили, что у участниц проекта, которые тренировались в бассейне 3 раза в неделю не менее часа, за время эксперимента снизилась боль в суставах и мышцах, в отличие от тех, кто не ходил в бассейн. 6. В 10 раз уменьшается в воде масса тела человека. В бассейне может тренироваться даже тот, кто никогда не занимался спортом. Плавание – лучший выход, если силовые виды спорта противопоказаны, если есть проблемы с суставами, спиной, избыточным весом, а также при беременности. 7.Даже если минуту просто постоять в воде температурой +20°C, в крови повысится уровень гемоглобина. 	
116	<p>Так как для плавания и лыжного спорта необходимо хотя бы наличие лыж и водоёма, мы хотели бы остановиться на таких видах спорта как бег и ходьба, которые оказывают положительное действие на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, предупреждают закупорку сосудов, не создают излишней нагрузки на мышцы. Также благодаря ходьбе и бегу снимается стресс, так как во время бега выделяется эндорфин, так называемый, «гормон счастья». Часто тренировки проводятся в лесу, парке, что существенно повышает их пользу, потому что лесной воздух насыщен фитонцидами, которые успешно борются с болезнетворной микрофлорой в организме человека. Этим видом спорта можно заниматься где угодно и угодно, он малотравматичен, не требует специального снаряжения (кроме обуви). Но у детей и подростков такой вид спорта не популярен.</p> <p>Таким образом, можно сделать вывод, что у любого вида спорта есть свои плюсы и минусы. Главное помнить, что каким бы видом спорта мы не занимались – это прекрасная возможность совместить физическую активность с закаливанием, укрепить свои мышцы, развить координацию, насытить кислородом свой мозг, а также пребывать в хорошем настроении.</p>	---
11в	<ol style="list-style-type: none"> 1.http://zdr.ru/articles/plavane_v_tsifrakh_i_faktakh - сайт журнала «Здоровье»: Плавание в цифрах и фактах 2.http://www.youtube.com/watch?v=oQxyNrDEMwQ - плавание людей с поражением позвоночника 3.http://www.youtube.com/watch?v=mlTYxjeY9rE - как бегать с пользой для здоровья 4.http://sport.tusur.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=100:-5&catid=10:2010-09-14-16-10-43&Itemid=135 – самые популярные виды спорта 5.http://www.ski.ru/static/580/2_26092.html - возраст и лыжи 	---
Сумма		

