

Здоровье—это здорово!

Здоровье—это здорово

24.09.2018

Школа—территория здоровья

С 17 по 23 сентября в МКОУ «Шайковская СОШ №1» прошла летняя Неделя здоровья, целью которой являлась пропаганда здорового образа жизни и приобщение обучающихся и работников школы к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

В течение недели в школе проходили спортивные соревнования по волейболу, легкой атлетике. Проводились физкультминутки, игры на свежем воздухе.

В конце недели состоялся спортивный праздник «Спорт нужен всем!». Учащиеся начальной школы приняли участие в спортивных эстафетах «Весёлые старты». Учащиеся среднего и старшего звена соревновались на станциях: «Прыжки в длину с места», «Челночный бег», «Бег на 60м», «Метание снаряда», «Прыжки на скакалке», «Отжимание/Пресс», «Наклоны вперед из положения стоя».

По результатам соревнований было отмечено, что многие ребята выполнили нормы ГТО на бронзовые, серебряные и золотые значки.



Все ребята укрепили своё здоровье и получили большой заряд бодрости и позитива.

Золотарёва К., 7 класс

В этом выпуске:

Школа—территория здоровья	1
Сделай правильный выбор	2
11 сентября— Всероссийский день трезвости	3
Фоторепортаж: «Спорт нужен всем!»	4
О спорте с юмором	5

«Приобрести здоровье - храбрость, сохранить его - мудрость, а умело распорядиться им - искусство»

Франсуа Вольтер

Фоторепортаж со спортивного праздника «Спорт нужен всем!» смотрите на стр. 4

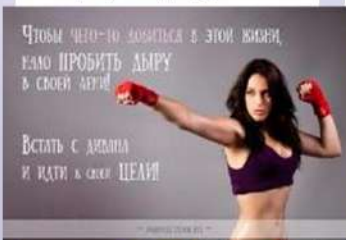
Сделай правильный выбор!

Важно любить спорт и заниматься им, он помогает человеку оставаться в хорошей физической форме. Спорт воспитывает характер и силу воли. Занятия спортом всячески способствуют гармоничному развитию человека, особенно это важно в молодом возрасте. Именно поэтому с ранних лет рекомендуются занятия спортом, чтобы укрепить свое здоровье на долгие годы.

Важно не только заниматься спортом, но и наблюдать за спортом в целом. Я считаю, что нужно знать лучших спортсменов своей страны, радоваться их достижениям и победам, поддерживать, переживать за них. В 2018 году первый раз в истории нашей страны проходил Чемпионат Мира по футболу. Это был настоящий праздник в России. Наша потрясающая команда

показала свою силу и мощь, доказала, что Россия — футбольная страна. Это событие сплотило жителей нашей страны. Многие люди полюбили футбол и спорт в целом, стали активно заниматься им, следить за новостями спорта. Профессиональные игроки, звезды футбола стали

кумирами целых народов. Артёма Дзюбу, Дениса Черышева, Игоря Акинфеева, Александра Головина сейчас знает почти каждый житель России. Они занимались спортом с ранних лет, постоянно тренировались, стремились к вершинам, верили в свои силы и никогда не сдавались. Футбол развивает скорость, сообразительность, выносливость и стремление к победам. Футбол — это прежде всего командная игра, где результат зависит не от отдельного игрока, а от сплоченности всей команды.



Я слежу за российским и мировым футболом, болею за Питерский "Зенит". В этом году мне удалось побывать 19 августа на матче «Зенит-Урал» любимой команды Зенит-Урал на новом, большом и невероятном стадионе "Санкт-Петербург" в рамках российской премьер-лиги. «Зенит» одержал

победу со счетом 4:1. Очень-очень много получила положительных эмоций! Увидела свою любимую команду и гол любимого футболиста - Артёма Дзюбы!))

Необязательно быть профессиональным спортсменом, чтобы получить пользу и удовольствие от занятий спортом.



Необязательно быть профессиональным спортсменом, чтобы получать пользу и удовольствие от занятий спортом. Многие регулярно бегают по утрам, ходят на аэробику и фитнес, занимаются волейболом. Главное, чтобы это нравилось. Отличная физическая форма — достойная награда тому, кто с готовностью преодолевает лень и уверенно стремится навстречу успешному будущему. Начиная с

мало, постепенно достигая не-больших результатов, перешагивая через лень, меняя свои привычки, человек формирует спортивный характер. Это характер, который благодаря упорной работе над собой, ежедневными тренировками и самодисциплине, занимает



важное место в личности человека. Благодаря такому характеру, появляется уверенность в себе, повышается самооценка, приходит устойчивое чувство контроля своей жизни.

В. Варшавская
11 класс

11 сентября — Всероссийский день трезвости

Этот спортивный праздник ребята посвятили трезвому образу жизни. Они уверены: здоровый образ жизни — залог успешного будущего



Спортивный праздник «Здоровье — это здорово!»

Комплекс несложных упражнений на свежем воздухе добавил хорошего настроения. Зарядку провели учителя начальных классов.



«Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно»

Л.Н. Толстой

«...Сейчас наблюдаешь очень много молодых людей с бутылкой пива или энергетика. Потому так важно вовремя остановить тех, у кого ещё есть стремление к будущему. А для этого необходимо пропагандировать трезвый образ жизни

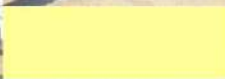
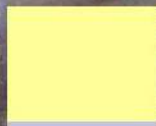
ни среди молодёжи. И занятия спортом это самый правильный и верный выбор», — сказал учитель физкультуры К.А. Тройнятников.



Товарищеская встреча по волейболу

Спортивная эстафета "Всеобщие старты"

«Спорт нужен всем!». Фоторепортаж



МКОУ «Шайковская СОШ №1»

Адрес Калужская область
Кировский район работы
ж/д _ст Шайковка

Телефон: 8(484)565-93-14
Факс: 8((484)565-93-14
Эл. почта: shaikovkaschool1@mail.ru

Мы в Вебе!
40306s016.edusite.ru

Кружок «Юный журналист»

Руководитель: Статенина Т.В.

Верстка: Таратынов А., 8 класс

Чигрин Н., 9 класс



О спорте с юмором

У генерала спрашивают:

- Какой ваш любимый вид спорта?
- Футбол.
- А какая команда вам больше всего нравится?
- Рота подъем!

Мне часто говорят, что я классный, правда, не весь, а только футболка.

Почему вы не занимаетесь спортом?
- Видите ли, до завтрака трудно, а после вредно!

Во время драки вспомнил, чему меня учил тренер, но челночный бег не пригодился.



Источник: <https://nekdo.ru>

Отец смотрит телевизор. В спортивных новостях сообщают о молодом перспективном футболисте, заключившем контракт на семь миллионов долларов с зарубежным футбольным клубом. Отец подходит к сыну, сидящему за учебниками:
- Сынок, сходил бы ты на улицу, да мячик погонял!

На футбольном матче один из зрителей спрашивает мальчика:
- Где же ты деньги-то взял на такой дорогой билет?
- Отец купил.
- А где он сам?