



Спорт

Спортивный вестник лицея

«СЕВЕРОМОРСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

«Человек лишь там чего-то добивается, где он верит в свои силы»

Л. Фейербах

Специальный выпуск

2012г.



Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная подготовка.

Спасительной силой в нашем лицее является спорт - над ним по-прежнему реет флаг оптимизма, здесь соблюдают правила и уважают противника независимо от того, на чьей стороне победа.



В начале учебного года традиционно проводим спортивный праздник «День здоровья». В феврале ежегодный спортивный праздник посвященный 23 февраля – «А ну-ка парни!», легко-атлетическая эстафета, посвященная Дню посёлка.



Все спортивно-массовые мероприятия проводятся согласно плана спортивно-массовых мероприятий, в который внесены городские и областные соревнования.

Ежегодно в лицее проходят спартакиада по 8 видам спорта, в которой принимают участие все группы лицея.

Хочется отметить традиционно проводимые областные соревнования, которые проходили в этом году. В соревнованиях принимали сборные лицея в состав которых входили обучающиеся: Муратова М., гр. 15, Курицына Г., гр.15, Попов Б., гр. 26, Семенов М., гр.26, Латышов С., гр.36, Сайтмаметова А. гр.37 и т.д.

Настольный теннис



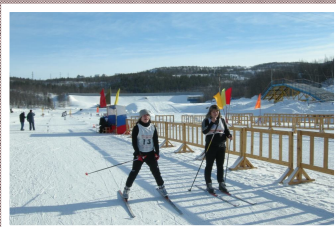
Баскетбол



Волейбол



Лыжные гонки



Пауэрлифтинг



Силовое двоеборье



Мини футбол



Соревнования по ОФП - юноши, девушки



Агитационно-массовая работа.

Перед каждым соревнованием вывешиваются рекламные объявления на стенде, а так же протоколы с результатами и призёров соревнований. Победителей соревнований поздравляют на линейках лица, а так же их имена вывешиваются на доску объявлений.

Как и 20, 10, 5 лет назад спорт в жизни обучающихся занимает важное место. Как всегда и было, спорт, прежде всего способ самореализации. Необязательно получать награды, занимать высокие места, главное, что спорт даёт дополнительный стимул для обучающихся - жить полноценной жизнью.

На Севере 60% обучающихся страдают хроническими простудными заболеваниями, более 20% - заболеваниями сердечно-сосудистой системы, почти столько же страдают миопией, около 30% - нарушениями обмена веществ (преимущественно ожирением), 60% имеют деформации опорно-двигательного аппарата. Поистине пугающие данные.



Многолетние физиологические исследования позволили разработать методику применения статических напряжений на уроках физкультуры, апробировать комплексы статических упражнений для обучающихся.

Каждая минута занятия спортом продлевает жизнь человека на один час, а физкультура связана с весёлым, эмоционально приподнятым состоянием продлевает жизнь на два с лишним часа.

К тому же, если вам одиноко, не чем заняться, вы сидите дома, и поэтому на вас весят все домашние дела – запишитесь в секцию, людей всегда сплочивают и сближают общие интересы, цели и занятия. И вы приобретёте:

- новых друзей;
- соблазнительные мускулы;
- яркие события и впечатления.



Спортивная база лица

Атлетический зал (тренажерный) - Спортивный зал (игровой).
Тренажерный зал оборудован всем необходимым инвентарем для проведения в нем занятий по физической культуре.

Ежегодно администрация лица выделяет денежные средства на приобретение спортивного инвентаря и выездов на областные соревнования.

На спортивной базе лица проводятся секции по волейболу, баскетболу, футболу, настольному теннису, ОФП, боксу, пауэрлифтингу.

Многие выпускники лица продолжают свою спортивную карьеру, которую они начали в стенах нашего лица и достигли высоких результатов - получили звания кандидатов в мастера спорта.



Для соразмерности, красоты и здоровья требуется не только образование в области науки и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями!

ГАОУ МО НПО «СТЛ»

Мурманская область, Североморский район, пгт Росляково, ул. Приморская, д.2
тел., факс (881537) 92433, <http://proflic19.ucoz.ru>, proflic-19@mail.ru,
<http://vk.com/severomorsk.college>

Тираж: 50 экземпляров