Эссе «Наш клуб – наша гордость».

«Каждый человек должен осознать,

что здоровый образ жизни – это его личный успех».

Президент России В.В. Путин.

Издавна всем известно, что спорт помогает человеку укреплять здоровье, быть в хорошей физической форме, а также воспитывать характер и силу воли. Однако, важное значение имеет и психологическое здоровье, которому уделяется большое внимание в совместной спортивной деятельности. Это и общение, и дух борьбы, и радость побед!

Наш спортивный клуб «Звезда» – это добровольное объединение, способствующее развитию физической культуры и спорта в нашей школе. В клубе найдётся место всем: и тем, кто серьёзно увлекается спортом и имеет серьёзные успехи на этом поприще, и тем, кто укрепляет своё здоровье и любит активный образ жизни. Для того чтобы вступить в него, не нужно обладать выдающимися спортивными способностями, достаточно иметь только желание! «Звезда» гордится тем, что участники клуба - это не только ученики, но также родители и учителя, которые являются активными поборниками здорового образа жизни.

Цели и задачи нашего клуба направлены на то, чтобы спорт становился связующим звеном, умеющим объединить людей разных возрастов, убеждений и возможностей, а также способствовать патриотическому воспитанию учащихся.

Наш клуб занимается формированием у детей и подростков устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни; укреплением и сохранением здоровья при помощи регулярных тренировок в спортивных кружках, секциях; организацией и проведением массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий в школе, районе и городе; привлечение к здоровому досугу детей и подростков. У клуба действуют самые разные спортивные секции: баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, шахматы, танцы, деятельность которых направлена на всестороннее физическое и умственное развитие детей.

Вы спросите, почему же я выбрала «Звезду»? Я это сделала по нескольким причинам. Это удобное расположение клуба и дружеская атмосфера в нём, это активные руководители, постоянно придумывающие различные мероприятия на любой вкус и возраст и творчески подходящие к своей работе. Приходя на занятия, я каждый раз жду что-нибудь интересное. А главное, что в клубе разработаны индивидуальные тренировки для каждого с учётом возраста и физической подготовки. На территории школы находится стадион, где проходят занятия в теплое время года, а зимой мы занимаемся в школьных спортзалах, которые оснащены современным оборудованием для полноценных тренировок. Учащиеся школы посещают также бассейн, где проходят интересные занятия по плаванию и аквааэробике.

Наш клуб гордится успехами своих спортсменов. Они участвуют в соревнованиях, конкурсах и олимпиадах и занимают призовые места. Сдают нормы ГТО и агитируют за здоровый образ жизни. Наша физкультурно-оздоровительная программа «Марафон здоровья» включает в себя «Весёлые старты», военно-патриотическую игру «Зарница», спортивные соревнования и конкурсы агитбригад.

Наш клуб «Звезда» существует не очень давно, но он живёт активной и интересной жизнью, способствует приобщению детей и взрослых к спорту, укреплению их здоровья и социализации.

Я думаю, что школьные спортивные клубы на базе образовательных учреждений – это наше настоящее и перспектива будущего, здоровье жителей нашей страны.