

Повезет - так победим!

Наверное, каждый в современном обществе знаком с термином "гиподинамия" и понимает его значение. "Гиподинамия" в переводе с латинского языка означает "малоподвижность". Под этим понятием подразумевают ограничение двигательной активности человека в результате малоподвижного образа жизни. На сегодняшний день гиподинамию принято считать социальным заболеванием и все потому, что все меньшее количество людей прилагают хоть какое-то усилие, чтобы выполнить ту или иную работу. Малоподвижность - прямой путь к развитию многочисленных сердечно-сосудистых, нервных, эндокринных, а также костно-мышечных заболеваний. Особенно удручает тот факт, что современные дети также довольно часто становятся "заложниками" данного состояния. Десяток лет назад основным детским развлечением были подвижные игры на свежем воздухе, а работа взрослых была связана с физической деятельностью. Нынешнее подрастающее поколение перестало играть в игры, практически "с горшка" основными развлечениями для них становятся телевизор и компьютер. Особенно актуальна эта проблема в наших северных условиях, где мы вынуждены большей частью вести малоподвижный образ жизни.



Знакомство с командами

Дети, занимающиеся спортом, безусловно, более гармонично развиты умственно и физически. Они лучше растут, здоровее своих малоподвижных сверстников. В игре тренируется ловкость, выносливость, нарабатывается сила. В современном обществе назрела острая необходимость



На старте мамы

создавать все условия для спортивных занятий детей, а также для развития интереса к спортивным мероприятиям и подвижным играм.

В прошедшие выходные в спортивном зале новоземельской средней школы в рамках проведения месячника здоровья состоялся спортивный праздник: "Папа, мама, я - спортивная семья!" Соревновались семейные команды, возглавляемые капитанами - учащимися начальных классов. В этом году в спортивном конкурсе приняло участие пять семейных команд. Первый класс представляла семья Новоселовых во главе с капитаном команды - Юлией. Их команда

называлась "Ну, погоди!" От третьего класса выступала команда "Звезда", капитан команды Серегин Александр. Самое активное участие в спортивном празднике принял четвертый класс. В соревнованиях приняли участие три семейные команды, возглавляемые четвероклассниками: "Акимель", капитан команды Денис Опарин, "Суперсемейка", капитан команды Зоя Федоровцева и "Новоземельские огурцы", капитан команды Денис Шевченко.

Под бодрую музыку "Марша физкультурника" и аплодисменты зрителей семейные команды промаршировали в спортивный зал. Все участники сосредоточены и собраны, настроены, конечно, только на победу. Поддержать семейные команды пришли болельщики - друзья, знакомые и одноклассники. Ведущие конкурса - старшая вожатая Сметанина Ольга Владимировна и ученица 10 класса Зырянова Екатерина открыли чемпионат по семейному многоборью и представили жюри. В состав жюри под председательством Романко Василия Юрьевича вошли помощники: Воложанина Галина и Головки Дмитрий. Затем были представлены семейные команды: папы, мамы и юные капитаны, которые поприветствовали друг друга и зрителей и пожелали всем удачи.



Соревнуются капитаны

Итак, команды к старту! Начались соревнования с процедуры представления. В качестве домашнего задания участникам было поручено придумать звучные названия и девизы для своих команд, а также подготовить эмблемы. Все команды задание выполнили на славу, молодцы! Содержательные девизы и емкие названия команд дали понять зрителям, насколько серьезно настроен каждый семейный тандем на победу.

Продолжили соревнования динамичные состязания наших спортсменов на меткость, ловкость и быстроту. Команды соревновались в беге с мячом, попадании в баскетбольную корзину, сражались на скорость с воздушными шарами. Поначалу все, конечно, немного волновались, но потом участники команд собрались, сосредоточились, и развернулась жаркая борьба. В силовых эстафетах на скорость сразу определились лидеры соревнований - команда "Звезда". Да, ничего не скажешь, Серегины - ребята спортивные! В роли папы выступал старший брат капитана команды, одиннадцатиклассник Антон, который был очень серьезно подготовлен физически благодаря систематическим урокам физкультуры, конечно.



Самый маленький капитан и его команда