

## Эссе

«Спорт становится средством воспитания тогда,  
когда он - любимое занятие каждого».

(В.А.Сухомлинский)

«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь», - так говорил ещё до нашей эры знаменитый древнегреческий целитель, врач и философ Гиппократ. Его слова, как никогда, актуальны в нашем современном быстро меняющемся мире. Действительно, все мечтают быть здоровыми, чтобы сохранить умственную и физическую работоспособность на долгие годы. Здоровье — это наша главная ценность, которую не купишь ни за какие богатства мира. Поэтому беречь и приумножать его нужно с самого детства, начиная с сознательного возраста - со школьной скамьи.

Идея создания школьного спортивного клуба витала в воздухе давно, а воплотить её в жизнь получилось лишь в сентябре 2016 года. Так общими усилиями неравнодушных учеников, родителей и учителей, причём не только физической культуры, был создан школьный спортивный клуб «Планета ФиС». Немного перефразировав основателя олимпийского движения, Пьера де Кубертена, можно сказать, что школа вправе называть себя спортивной, если большинство её учеников испытывает личную потребность в занятиях спортом. Поэтому целью деятельности нашего клуба является воспитание у школьников устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом и к здоровому образу жизни.

Спортивный клуб «Планета ФИС» – это гордость нашей школы! В клубе есть место каждому! СШК активно сотрудничает с Детско-юношескими спортивными школами, Домом детского творчества, управляющим Советом и Общешкольным родительским комитетом, ветеранами, школьным поисковым отрядом «Сибиряк».

Основными направлениями работы клуба являются учебно-

тренировочные занятия в секциях лёгкой атлетики, греко-римской борьбы, занятия внеурочной деятельностью в группах «Школа мяча» и «Здоровейка», подготовка и проведение общешкольных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий, подготовка класс-команд к участию во Всероссийских соревнованиях школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры». Наши ребята знают, что за ними – будущее школы, Кузбасса и страны!

Доброй традицией стало проведение спортивно-массовых турниров по волейболу, баскетболу, стритболу, хоккею с шайбой, греко-римской борьбе, соревнований по лёгкой атлетике и физкультурно-оздоровительных мероприятий: «Здравствуй, Лето!», «Ура! Каникулы!», «Мама, папа, я — спортивная семья!», День Здоровья, военно-спортивная игра «Зарница», Дни двигательной активности, в которых с удовольствием принимают участие учащиеся разных возрастов и их родители. Деятельность клуба помогает его членам добиваться успехов по многим направлениям: в спортивных соревнованиях разного уровня (от школьного до всероссийского), конкурсах и олимпиадах, акциях по пропаганде здорового образа жизни, патриотических мероприятиях. Ребятам некогда скучать!

Наш клуб с каждым днём набирает силу, приходят учащиеся со своими свежими, интересными и актуальными идеями. В перспективе, благодаря участию в социально-значимых проектах компаний РУСАЛ и ЕВРАЗ, мы планируем реконструировать уличные спортивные объекты на территории школы. Сделать спортивную площадку универсальной и всесезонной, установив на хоккейной коробке оборудование для баскетбола и волейбола, облагородить школьный стадион. Для нас главное - сохранить традиции проведения массовых мероприятий и соревнований по разным видам спорта!

Двери нашего клуба открыты для желающих укрепить своё здоровье, приобрести новых и интересных друзей, получить неоценимый опыт в подготовке и проведении мероприятий!

Подлегаев Александр, ученик 10 «А» класса