

Физкультурно-спортивное и туристско-краеведческое направления работы детских объединений Лицея № 1533

13.11.2015

Известно, что рациональное сочетание умственной и физической деятельности способствует гармоничному развитию человека. Это означает, что нашим детям необходима как учебная, так и спортивная нагрузки.

Физические упражнения позволяют школьникам не только сохранять и укреплять свое здоровье, не говоря уже про избавление от лишнего веса, но и способствуют лучшему усвоению школьной программы. Регулярные занятия спортом помогают развитию в ребенке упорства, целеустремленности, выносливости, умению «держаться удар», сильной воли, уверенности в себе – тех качеств, которые не раз пригодятся им в жизни.

Лицей № 1533 приглашает мальчиков и девочек, проживающих в Академическом районе, на занятия физкультурно-спортивного и туристско-краеведческого направления. Занятия проходят по двум адресам: Профсоюзная, 24 и Кржижановского, 4 «а». Это два школьных здания, стоящих друг напротив друга, через футбольную площадку Лицея.

У нас работает несколько секций, которые вас точно заинтересуют.
Это:

1. Атлетическая гимнастика. Курс ставит своей целью ознакомление учащихся с азами построения и развития собственного тела. Если большую часть дня вы проводите в сидячем положении, то вам просто необходимо иногда как следует размяться! Разумные нагрузки активизируют обмен веществ, укрепляют иммунитет, выводят из организма ненужные вещества; развивается выносливость, укрепляется здоровье в целом. Требований к предварительной подготовке нет.

2. Волейбол. Занятия рассчитаны на учащихся 5–11 классов, проходят два раза в неделю в спортивных залах лицея, а в теплое время года — на открытых спортивных площадках.

3. Баскетбол. Укрепление здоровья и содействие полноценному физическому развитию детей, развитие двигательных способностей – вот главные цели баскетбольной секции. Ну, и, конечно, возможность поучаствовать в соревнованиях за округ и город.

4. Футбол. Основными целями этого объединения являются: укрепление здоровья, подготовка к участию в спортивных соревнованиях на уровне учебного заведения, округа и города, подготовка и формирование сборных команд.

5. Туристический клуб. Группы преподавателей, лицеистов и выпускников в любое время года отправляются в походы в Хибины и Карелию, Крым и Башкирию, Саяны и на Кольский полуостров. Бывал ли ты, скажем, в подмосковных пещерах? А в палатке зимой ночевал? А может быть, хотел научиться или уже умеешь и любишь ходить на байдарке или под парусом? Заходи на огонек! Кто не умеет — научим, кто умеет — у того сами поучимся.

6. Спортивно-танцевальная студия. Занятия коллектива проходят на базовом уровне по стандартной и латиноамериканской программе несколько раз в неделю. Воспитанники коллектива принимают участие в квалификационных и рейтинговых соревнованиях различного уровня, итогом которых может быть присвоение спортивных разрядов в соответствии с Единой Общероссийской спортивной классификацией.

7. Шахматное школа «Зюйд-Вест». Занятия объединения рассчитаны на детей любых возрастов. Обучение детей шахматам, кроме развития подлинной мотивации (от азарта к творчеству) и передачи шахматных знаний, предусматривает активное участие воспитанников в городских турнирах. За годы работы объединения его воспитанники и воспитанницы многократно становились победителями и призерами различных шахматных соревнований.

Адрес страницы: <http://akademicheskyy.mos.ru/presscenter/news/detail/2298393.html>