

Александр Невский – ориентир поколений

Князь Александр Невский. Кто он? Его личность до сих пор окутана тайнами. Мы можем только догадываться, ведь минуло не одно столетие, много воды утекло. Противоречивы мнения ученых-историков. Но в одном я уверен, Невский – патриот, воин, который горячо любил свою землю, русский народ. Не случайно, спустя 300 лет после его смерти, он был канонизирован русской православной церковью. Как и любой православный святой, благоверный князь — вовсе не идеальный безгрешный человек, в первую очередь он правитель, руководивший в своей жизни, прежде всего высшими христианскими добродетелями, а не жадной властью и не корыстью.



Александр Невский был сильным и незаурядным человеком, сыном своей многострадальной Родины. Смысл его жизни - сплочение Руси и защита ее от врагов. Свой ум, дипломатические способности он применил во благо страны, его грамотная политическая игра позволила защитить Русь от монгольского разорения. А правил он страной в тяжелейший, переломный момент, когда речь шла о самом существовании Руси, о том, сумеет ли она уцелеть, сохранить свою государственность. В те давние времена русские земли были поделены на отдельные княжества-государства, русичи самоотверженно отстаивали свою свободу. Великий князь уберег страну от страшных погромов и знаками глубокой покорности, обещанием богатых даней сумел удержать варваров в отдалении от Руси.

Родился Александр 13 мая 1221 года в Переславле-Залеском, в большой княжеской семье. У князя было 9 братьев и 3 сестры. В раннем возрасте юноша принял постриг, получил статуса защитника. Его деятельность в качестве «государственного мужа» начинается очень рано: после смерти брата Федора, Александр становится правителем Новгородской земли. Это была очень тяжелая ноша для молодого князя, поэтому вести политические дела ему помогает отец. Совсем скоро он станет полноправным и самостоятельным правителем и легендой, когда поведет в июле 1240 года свою немногочисленную дружину против огромного войска шведов, стремящегося захватить Ладогу и Новгород. Крестоносцы не только планировали разграбить Новгородские земли и расширить территории своих государств, но и навязать католическую веру. «Не в силе Бог, а в правде», - с таким девизом Александр Невский вступил в сражение и разгромил шведов. Вера в Бога, в правое дело, в силу и дух русского войска, а еще умение быстро и грамотно принимать решения помогли князю победить.

Но жадность и зависть человеческая не имеет границ. Местные бояре изгнали Невского из Новгорода, опасаясь его влияния и безграничного авторитета среди простых людей. Они же, спустя время, в 1241 году, будут просить его вернуться. Новгороду угрожала опасность теперь уже от германцев: ливон-

ские рыцари захватывали русские земли. Мудрый правитель понимал, что Руси нужна единая власть, которая защитит народ от внутренних усобиц и внешних врагов. Александр собрал войско численностью около 10 тыс. человек и отправился на помощь. Взял штурмом построенную немцами крепость Копорье, затем освободил Псков, что привело в бешенство ливонских рыцарей, они даже собирались вторгнуться в русские земли, чтобы проучить дерзкого мальчишку. В поход собиралась половина Европы: это немцы, прибалтийцы, датчане. Кажется, что исход битвы очевиден. Но нет, не в характере молодого князя отступить! Невский принял, как скажут позже историки, гениальное тактическое решение: решил заманить врага на Чудское озеро и уничтожить его хитростью. Враг был повержен. А пленных, привязав к лошадям, с позором провели по улицам города, чтобы показать, что так будет с каждым, кто покушается на русскую землю.

Будучи прагматиком, Александр Невский реально оценивал силы и возможности подконтрольных ему земель. Чтобы защитить Русь, он решился на союз с Ордой, войско которой превосходило численностью европейскую армию, и отправился за ярлыком на ханское княжество, как делал его отец. Неоднократно Александр отвергал покровительство и помощь запада против Орды, но не желал он предавать свою христианскую веру.

Князь 15 лет успешно защищал русскую землю, откупаясь от кочевников данью. Мудро разрешал все конфликты: не дал хану расправиться с русскими людьми, перебившими татарских откупщиков дани, не допустил всеобщей мобилизации, которую хотел начать хан Берке. Невыносимо трудно было Невскому поддерживать хрупкий мир. Заботы о государстве, о русских людях подорвали его здоровье, огняли все силы - Александр Ярославович тяжело заболел и вскоре скончался.

Проходят годы, Россия, пережившая немало потрясений, живет, крепнет, развивается. Никто теперь не смеет покушаться на ее территорию, не сомневается в ее могуществе. Наше поколение с уверенностью смотрит в будущее, бережет традиции и чтит веру, основу нашего бытия. Мы помним и знаем Александра Невского, истинного патриота и защитника русских земель, почитаем его за мудрость, жертвенную любовь, глубокую веру и покаяние. Он и сейчас является для нас примером чести, благородства, упорства, верности своим убеждениям, потому что его жизнь – это безграничная любовью к своему народу, вера в Бога и православие, в свою страну.

Сычев Максим (9-Б), призер республиканского этапа конкурса сочинений



#КЛАССНАЯ ТЕРРИТОРИЯ

«Откуда он взялся..?» - поиски первоклассников (к истории 8 Марта)

Почему Международный женский день празднуют именно 8 Марта? Какова история праздника?

Раньше во многих странах женщины не имели права голоса, не могли работать, самостоятельно принимать решения. Девочкам не позволяли ходить в школу. Но много лет назад работницы прошли «маршем пустых кастрюль». Они громко били в пустые кастрюли и требовали повышения зарплаты, улучшения условий работы и равные права для женщин и мужчин. Это так удивило всех, что событие стали называть Женским днём.

Это первый праздник весны — самого прекрасного времени года. 8 Марта мы всегда поздравляем наших любимых мам, бабушек, которые так много времени уделяют нашему воспитанию, а также сестричек и одноклассниц. В этот день папы поздравляют своих жён, мам и дочерей, дарят им цветы и подарки.

Накануне праздника вы, ребята, можете сделать подарок своими руками — цветочек из бумаги, открытку, рисунок. Маме и бабушке понравится всё, что вы подарите от чистого сердца.

Милентьев Егор, 1-В



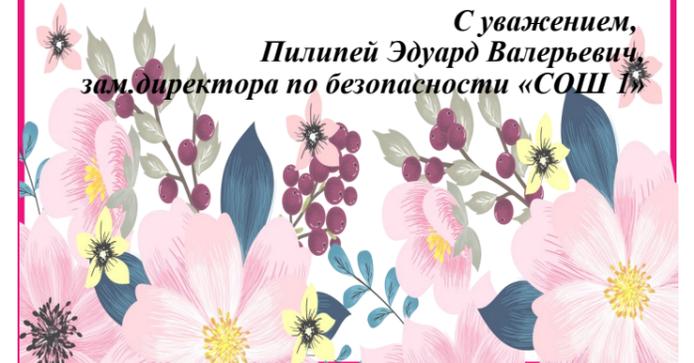
Дорогие и милые наши женщины, девушки!

Сердечно поздравляю Вас с праздником – Международным женским днем 8 Марта!

Вы окрыляете мужчин, пробуждаете высокие чувства и стремления, вдохновляете на подвиги и труд, дарите счастье, наполняете смыслом каждое мгновение нашей жизни. И поэтому этот весенний день по-особому прекрасен и значим. Он освящен вашими дорогами, светлыми, красивыми улыбками, вашим очарованием и нежностью.

От всей души желаю Вам здоровья, огромного счастья, семейного благополучия. Пусть праздник подарит Вам радость, нежность первых цветов и трепет искренних признаний! Пусть во всех делах Вам неизменно сопутствует удача, а в семьях царят совет, любовь и взаимопонимание!

**С уважением,
Пилипей Эдуард Валерьевич,
зам.директора по безопасности «СОШ №1»**



Как дорасти до генерала, быть в авторитете? #Наши педагоги

В канун мужского праздника нам бы хотелось познакомиться с нашими мужчинами-педагогами поближе. Мы попросили их рассказать немного о себе.

- **Лютфий Ризаевич, мы все Вас ценим как профессионала, вы педагог с большим стажем, какие эмоции Вы испытываете в этот праздничный день?**

- Радостные. Со всех сторон поздравления, все звонят, ты сам звонишь, вспоминаешь, общаешься с друзьями, родными.

- **Мужчина в школе - это редкость, почему Вы пошли работать в школу?**

- Я учился на преподавателя, хотел посвятить себя этому, считаю, что в этом мое призвание. Поэтому и пошел работать в школу

- **Как спорт влияет на вашу жизнь?**

- Положительно. Спорт закалил мой организм, я редко болею, правильно питаюсь, в больнице у меня даже карточки нет.

- **Кем вы мечтали стать в детстве?**

- Летчиком, с самого детства меня

завораживало небо, но как-то не сложилось.

- **Где вы учились? Какое образование получили?**

- Я учился в Андижанском педагогическом институте на факультете физического воспитания.

- **Каким видом спорта вы увлекались?**

- С юности и до сих пор я занимаюсь тяжелой атлетикой.

- **В чем секрет вашей отличной физической**

формы?

- Регулярные тренировки (без них я не представляю своей жизни), здоровый образ жизни и правильное питание (жена обо мне заботится).

- **Кому вы хотите передать свой опыт?**

- Своим ученикам. Если кто-то захочет идти по линии спорта - обращайтесь. Я всегда буду рад помочь.

- **Кто ваша под-**

держка, опора?

- Жена, родители, дети. У меня две прекрасные дочери, которые подарили мне трех внуков.

- **Мудрые люди говорят:**

«За каждым успешным мужчиной стоит сильная женщина, муза -

вдохновительница, хранительница очага»,- расскажите о своей супруге. Как вы с ней познакомились?

- Впервые я увидел её на свадьбе друзей. Она мне очень понравилась. Я назначил встречу. С тех пор мы с ней всегда вместе, живем душа в душу 41 год!

- **Что бы вы хотели пожелать нашим женщинам на 8 Марта?**

- **Быть любимыми и любить!**



- **Эдуард Валерьевич, скажите, пожалуйста, какие эмоции вы испытываете в канун мужского праздника?**

- Положительные, так как праздник связан с мужественностью, с мужчинами, которые честно отдали долг Родине.

- **Что бы вы хотели пожелать женщинам в канун 8 Марта?**

- Хотел бы пожелать здоровья, терпения и понимания. Ведь женщины вдохновляют нас на хорошие и благородные поступки.

- **Говорят, «за каждым успешным мужчиной стоит сильная женщина, хранительница очага», расскажите своей супруге.**

- Безусловно, моя супруга является моей музой и главной поддержкой в жизни. Она всегда понимает меня и помогает мне в работе. Мы случайно познакомились с ней в автобусе, она покорила меня своей красотой. Мы уже 30 лет вместе!

- **Кто ваша семья?**

- Жена, близкие родственники, сын, он живет отдельно. Также членом моей семьи является собака Миша.

- **Кем вы хотели стать в детстве?**

- Моряком, я несколько лет учился в Калининградском высшем мореходном училище, но осуществить свою детскую мечту я не смог. Но не жалею об этом и считаю, что все, что ни делается, - к лучшему.

- **Каким спортом вы увлекались?**

- С юности я увлекался классической борьбой. Был чемпионом



Крыма и участвовал в соревнованиях всеукраинского уровня.

- **Мужчина в школе - это редкость, как так случилось, что вы пришли работать в школу?**

- Я решил попробовать себя в новой для меня сфере и поэтому пришел работать в школу заместителем по безопасности.

- **Мы знаем, что до работы в школе у вас была другая профессия. Как вы стали милиционером и почему сменили род деятельности?**

- В своей жизни я работал в разных сферах: служил в армии, затем вступил в ряды КПСС и был направлен в Бахчисарайский отдел внутренних дел, где отработал 27 лет и вышел на пенсию.

- **В чем секрет вашей отличной физической формы?**

- Я правильно питаюсь и стараюсь заниматься физическими упражнениями. Меня окружают молодые люди и хочется выглядеть соответствующе.



#Мы—патриоты

Испытание морем

Министерство ВМФ и общественная организация ВВПОД «Юнармия». В течение 2020-21 уч. года проводилась обширная подготовительная работа с кандидатами. В порту, у причала разместились гафельная шхуна «Святая Татьяна» (яхтенная школа «Артек»). Программа занятий включала в себя несколько направлений: знание истории военно-морского флота России; устройство судна; вязание морских узлов; семафорная азбука; практические занятия с выходом в акваторию; ориентация в море по картам, звездам, приборам. А еще участники должны быть в хорошей физической форме, уметь работать в команде. К отборочным испытаниям были допущены 406 человек и только 100 человек стали обладателями заветного места на судах «Похода памяти»: это курсанты Нахимовского и Ушаковского училищ, учащиеся обычных школ, прошедшие спецкурс. Планировали, что поход пройдет в 3 этапа, а команды участников будут сменять друг друга на пути следования. В начале августа 7 яхт («Юнона», «Гермес», «Успех», «Спасибо», «Фиолент», «Херсонес», «Святая Татьяна») и 2 вспомогательных судна (буксир СБ5, катер связи КСВ-67) должны были пройти за 14 дней по маршруту: Севастополь – Артек – Феодосия – Керчь – Новороссийск – Севастополь.

Суровая школа

Опорой нам стали капитаны судов, опытные моряки, штурманы. Всегда рядом со своими воспитанниками была Анна Лебедева, педагог, знаток мед.реанимации. Все навыки, полученные во время подготовки к походу, пригодились, когда на маршруте от Феодосии к Артеку яхты нас настигла непогода. Сильный ветер, качка. Жизненным уроком стало осознание ответственности друг за друга. Команда корабля – это отдельная большая «семья», в которой нет места слабостям, лени, обидам. А выполнение задач, поставленных капитаном, - непререкаемое условие выживания всей команды. Мы выстояли против стихии! Экипаж справился с задачей. В «Артек» прибыли уставшими, вымотанными, но довольными и счастливыми. Эмоции переполняли всех.

К новым впечатлениям

На стоянке в Феодосии ждала нас встреча с конструктором подводного аппарата «Витязь Рубин» (это 1-ый в мире беспилотный аппарат, который погрузился на дно Марианской впадины). Участникам похода показали это уникальное оборудование, мы смогли расспросить о его секретах. А потом вновь в море, надо было возвращаться в г.Севастополь. Теперь уже нам довери-

ли стоять вахту, управлять судном самостоятельно. И пусть всего 1 час, смена друг друга, но этот час казался бесконечностью! Чувство собственной значимости переполняло нас.

У яхтенного похода была обширная военно-патриотическая программа: конкурсы, посещение мемориалов воинской славы, просмотр к/ф о ВОВ, возложение венков в память о погибших моряках судна «Армения», затонувшего у берегов Крыма в 1941 году.

Атака с неба

В один из дней похода нас пригласили в гости в действующую часть воздушно-десантных войск. Мы смогли увидеть тренировку бойцов батальона, совершить прыжок с парашютом на специальном тренажере, а позже выйти к огневому рубежу с арбалетом. Такого мы не ожидали! Как собрать парашют? Какое у десантников стрелковое оружие, техника? Как вести себя в воздухе? Обо всем смогли узнать мы. Круто было!

Флотский камбуз

На катере связи коком шел я. Яхтенный поход учил всему, в том числе – как запастись продовольствием и готовить еду на всю команду. Мне поручили продумать меню и кормить в походе 7-12 человек. А

еще в мои задачи входило содержать в полном порядке камбуз, мыть посуду. Приходилось вставать каждый день в 6 утра, а самое сложное – готовить в условиях качки: не буду скрывать, что иногда даже роняли на пол приготовленное, и приходилось делать все заново. Трудная задача, но радостно было, когда после обеда или ужина в кают-компании звучало дружное «спасибо».

В походе мы стали семьей, получили не только морские навыки, но и жизненные уроки. Научились делиться радостями, исправлять ошибки, стоять плечом к плечу. Я очень благодарен тем, кто придумал и организовал «Паруса памяти». Неопишуемые эмоции, багаж знаний! Эх, еще бы хоть раз оказаться в этой замечательной команде! Мы прошли непростой экзамен, справились, победили морскую стихию, собственные страхи!

Федоненко Андрей, 9-А



Да здравствует книга!



Читают ли наши дети? Знают и любят ли они классическую литературу? К сожалению, на этот вопрос всё чаще приходится отвечать отрицательно. Интернет и компьютерные игры – вот что занимает практически всё свободное время современных подростков. Чтобы остановить эту негативную тенденцию, необходимо помочь ребятам открыть увлекательный мир художественного чтения. Решить такую задачу в масштабах огромной страны призван **Международный конкурс юных чтецов «Живая классика»**, который стартовал по



всей стране.

В МБОУ «СОШ 1» 16 февраля 2022 года прошел школьный этап Международного конкурса. В ходе конкурсных состязаний учащиеся читали наизусть (3-5 минут) отрывки из прозаических произведений российских и зарубежных авторов. Он проводится в нашей школе уже не первый год, в этот раз попробовали свои силы в этом испытании учащиеся 5-11-х классов: **Хасьянов Тимур (6-Б), Чепурнова Елизавета (5-Б), Новикова Марина (5-Б), Бекирова Фериде (8-А), Сычев Максим (9-Б), Головчак Елизавета (9-Б), Дьяченко Никита (10-А), Захиidinова Дениза (10-А), Сейтумеров Алим (11-А).**



Ребята, занявшие призовые места, будут представлять нашу школу на районном этапе конкурса «Живая классика».

Поздравляем победителей: Захиidinову Денизу (10-А), Сейтумерова Алима (11-А), Чепурнову Елизавету (5-Б). Молодцы!

Удачи Вам, ребята!

#Лента новостей



14 февраля - Международный День дарения книг. Этот день призван объединять всех, кто прививает детям любовь к чтению, отмечается он с 2012 года. В этот день принято дарить книги, в первую очередь, детям, а также тем взрослым, чьи возможности доступа к книгам по тем или иным причинам ограничены. Но не только дети любят читать, к счастью, ещё очень много взрослых людей понимают и ценят книгу как предмет духовной культуры, ценят те чувства и эмоции, которые дарит читателю книга. Читая повести, рассказы, дети учатся быть добрыми, дружелюбными, гуманными, учатся любить ближних, сопереживать - быть настоящими людьми.

Ученики нашей школы ежегодно принимают участие в акции дарения книг, и этот год не стал исключением. Ребята 10-А класса принесли книги, которые уже сами прочитали, чтобы дать возможность прочитать их другим детям. Собранные книги отправились в школьную библиотеку. Основная идея этой акции - вдохновить людей на дарение книг детям, друг другу и тем, кто в них больше всего нуждается.

Ислямова Джумазе, 10-А

Испытание морем

Молодежный историко-патриотический яхтенный поход «Паруса памяти Черного моря» стал традицией для юнармейского лета. Среди участников похода был и ученик нашей школы – Федоненко Андрей (9-А).

Цель проекта: военно-историческая подготовка и патриотическое воспитание молодого поколения. Организаторами похода выступило Правительство г. Севастополь,



6



- Скажите, пожалуйста, Эльдар Исметович, что бы вы хотели пожелать женщинам в канун 8 Марта?

- Хочу пожелать Вам, дорогие женщины, здоровья, счастья, семейного благополучия!

- Мужчина в школе – это большая редкость, как вы пришли в профессию?

- Мой отец работал в школе. Я отучился в Ташкентском институте физкультуры и пошел по его стопам.

- Каким спортом вы увлекались? Кем хотели стать в юности?

- Я занимался баскетболом и легкой атлетикой. Всегда хотел стать тренером по баскетболу, но стал учителем физкультуры

- Кому вы хотите передать свой опыт?

- К сожалению, я считаю что людей, которым я бы хотел передать свой опыт, на своем пути я пока не нашел.

- Кто вас поддерживает, вдохновляет?

- Моя поддержка и опора - это жена, семья. С



Ежегодно 23 февраля в России отмечается день воинской славы - День защитника Отечества. Накануне праздника девочки 10-А класса поздравляли своих мальчишек. В ходе мероприятия все ребята смогли проявить свою креативность, принять участие в конкурсах на военную тематику и продемонстрировать свои знания истории. Юноши смогли ощутить себя солдатами на службе.



#Наши педагоги

супругой мы знакомы со школьной скамьи, с 1984 г., она на год старше меня, впервые я ее увидел в 5-ом или 6 классе. Жена всегда поможет не только словами, но и делом: с работы приходишь - еда готова, дома чистота, порядок, дети ухоженные. Вот это поддержка, забота!

- В чем секрет вашей хорошей физической формы? Как сохранить долголетие?

- Я каждый день выполняю упражнения. Все взаимосвязано, движение – это жизнь. Я веду здоровый образ жизни.

- Как вы считаете, велосипед это транспорт?

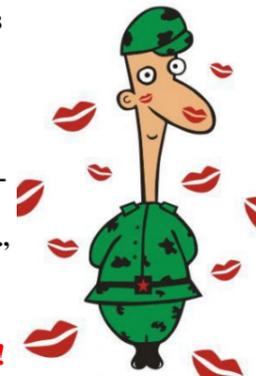
- Велосипед – это средство передвижения и средство поддержания физической формы.

Интервью Кузьменко А., Бейтулаевой Э., Джалтаровой Д.

ДОРОГИЕ НАШИ МУЖЧИНЫ, МАЛЬЧИКИ!

От души желаем вам успехов и неиссякаемой энергии в служении на благо Родины!

Счастья, добра, мира и благополучия!



23 февраля!

#Весело живем!

Креативный 10-А

Хоть мальчики совсем юные, но они показали свои лучшие качества: смелость, находчивость, патриотизм. Мероприятие получилось и познавательным, и веселым. Мы познакомились с иерархией воинских званий, узнали имена героев Отечества, чьи имена носят высшие государственные награды, ордена и медали. Хочется поблагодарить нашего классного руководителя, Меметову Элину Ахметовну, за проявленную инициативу и креативность. Было весело, в конкурсах участвовал весь класс, поэтому ребята 10-А стали ещё чуточку ближе друг к другу.

Захиidinова Дениза, 10-А

Конкурс-защита МАН «Искатель». Почему эту работу стоит написать?

#Хотим все знать

Думаю, моя статья будет полезна абсолютно каждому ученику, ведь написав и защитив данную работу, вы можете заработать дополнительные баллы при поступлении в вуз. Постараюсь быть кратким.

Малая академия наук (МАН) школьников Крыма «Искатель» является добровольным объединением старшеклассников, увлеченных наукой и техникой. Получив призёра/победителя на региональном этапе

(расскажу подробнее ниже) вы получите статус кандидата в действующие члены МАН (КДЧ), и это даст вам 5-10 дополнительных баллов к ЕГЭ при поступлении. На самом деле, это не так мало, как кажется... Может случиться так, сдав экзамены, вы осознаете, что вам не хватает буквально 2-3 баллов для поступления в вуз мечты, вот тогда статус члена МАН может послужить отличной опорой. К тому же, ваше детище послужит отличным опытом в написании серьезных проектов, что также сыграет вам на руку в вузе. Свой проект вы сдаете и в рамках проектной деятельности в школе (работу защищают ученики 9 и 11 классов), проделав действительно серьезную работу, вы убьете сразу двух зайцев одним выстрелом. И ещё, прохождение регионального этапа даёт вам возможность участвовать в различных всероссийских конкурсах, что тоже может дать вам дополнительные баллы. Заманчиво, не так ли? =)



Теперь же перейдём к самому вкусному... Как же получить заветного КДЧ? В первую очередь нужно выбрать предмет, по которому вы хотите писать работу. Учтите, что это должен быть один из предметов, который вы будете сдавать на ЕГЭ. Дальше самое сложное: найти учителя-куратора проекта, обговорить тему, ну и само собой, начать писать работу (желательно ещё летом, ибо защита обычно проходит в ноябре-декабре, и вам будет не в напряг). Я же начал её в начале ноября и очень сильно пожалел об этом, а вы не жалеете! Молодым людям ещё нужны нервы.

Некоторые из вас могли подумать: «Раз



существует КДЧ, логично, что есть и ДЧ (действующий член МАН)». Верно, и чтобы его получить, вам необходимо... *Барабанная дробь*... Написать ещё одну исследовательскую работу! Какая «захватывающая» новость, не так ли? Я не знаю, даст ли этот статус дополнительные баллы, но уверен, что у самосовершенствования не существует границ, поэтому дерзайте! :)

Также хочу добавить, что со своей исследовательской работой я участвовал и других конкурсах, например, «Мы – гордость Крыма» от МАН, где я занял первое место на муниципальном этапе, и третье – на республиканском (он проходил в феврале 2022г. онлайн). Участники со всего Крыма, прошедшие первый этап, собрались на одной видеоконференции, кратко представили свои проекты, а потом отвечали на вопросы жюри.

Это всё, конечно, очень хорошо, но это ещё не все «соки», которые я смог выжать из своего проекта. Я замахнулся на всероссийский конкурс исследовательских работ «Национальное достояние России» от НС «Интеграция». Первый этап проходил в заочной форме, он был успешно пройден. Теперь все смельчаки: Виктор Михайленко(10-А), Медине Сейдаметова(9-Б), Эдие Бейтуллаева и Арина Кузьменко(11-А), Гурский Матвей (10-А) - готовятся к финальному туру конкурса, который будет проходить в Москве. Да, вы не ослышались, в Москве! Процесс подготовки к поездке идёт полным ходом. Очный этап будет проходить 15-16 марта. И прошу заметить, что это всё благодаря усердию и настойчивости, ведь в эти 20-30 страницам текста каждый из нас вложил свою душу. То же самое можете сделать и вы! Я уверен, вы не пожалеете.

Таких конкурсов исследовательских работ достаточно много. Если ваш проект проходит по критериям, то смело подавайте заявки и участвуйте. Самоутверждайтесь!

Гурский Матвей, 10-А



#Мы за здоровый образ жизни

Спорт—твой путь к успеху!

Существуют различные виды спорта, но их объединяет одно: они развивают не только физические способности человека, но и умственные.

Карате - мой вид спорта. Это боевое искусство развивает во мне не только физическую силу, но и моральные качества: силу воли, уважение к сопернику. Кроме наслаждения и физического здоровья, занятия спортом подарили мне много интересных людей, с которыми я познакомился на тренировках и соревнованиях, и теперь часто общаюсь. Очень важно иметь единомышленников и тех, кто разделяет твои предпочтения, с кем можно поговорить и поделиться впечатлениями.



А ещё занятия спортом дают почувствовать радость собственных достижений. Вот не



получалось у тебя когда-то и мячик в сетку забросить, а теперь - занимаешь призовые места на соревнованиях! И ты понимаешь цену приложенных усилий и работы над собой. А кроме того, осознаешь, что настойчивость хорошо помогает в достижении любых целей.

Подведем итог:

1. Спорт укрепляет здоровье. Занимаясь физической активностью, в первую очередь подросток укрепляет здоровье. Во всех системах организма и органах лучше циркулирует кислород и кровь. Самая обычная утренняя зарядка будет

полезна, так как приведёт в тонус весь организм. Занятия спортом помогут подростку стать более выносливым, а это весьма важно при современном ритме жизни.

2. Спорт формирует характер и силу воли, тренирует выдержку, формирует умение преодолевать препятствия, учит не бояться поражений. На тренировках, соревнованиях у подростка закладывается установка на успех. **3.** Вы, наверное, обращали внимание, что многие известные люди, достигшие большого успеха, в детстве занимались спортом и продолжают тренироваться по сей день. **Спорт и успех – понятия, взаимосвязанные.** Если вы хотите научиться ставить цели и достигать их – спорт научит и этому.

3. Спорт дисциплинирует, а это – немаловажно для достижения успехов в учёбе и жизни. Родители не будут отрицать, что, приучив ребёнка к спорту, они могут не беспокоиться, что его потянет в дурную компанию или он захочет празднично шататься по улицам в поисках приключений.

4. Спорт дарит спокойствие, помогает избегать конфликтов, не вступать в схватки вне тренировочного зала. У юных спортсменов обычно много друзей, общением с которыми он и будет наслаждаться.

Вам самим решать, заниматься или не заниматься спортом... Я считаю, что каждый человек должен заниматься спортом. И не обязательно быть профессиональным спортсменом, чтобы получать пользу и удовольствие от занятий спортом. Многие из людей бегают по утрам, кто-то ходит на фитнес, кто-то играет в футбол или, как я, занимается каратэ. Главное, чтобы это нравилось.

Гомель Артем, 10-А

