

## «ЗАРЯДКА СО ЗВЕЗДОЙ»

**КАНДИДАТ МАСТЕРА СПОРТА СССР ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ  
Е.В. ПОТАПОВА ПРИНЯЛА УЧАСТИЕ В СПОРТИВНОМ МЕРОПРИЯТИИ  
НА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ФАКУЛЬТЕТЕ**

Требования, применяемые к студентам в учебе и работе, все время растут. Для успешного осуществления поставленных задач необходимо, прежде всего, хорошее здоровье, обеспечивающее, как правило, выносливость организма, адаптацию к меняющимся условиям внешней среды, будь то увеличение нагрузки в учебных заведениях, на предприятии и в быту. Поэтому, чтобы успешно справляться с ежедневными заданиями, которые ставит перед нами жизнь, мы должны заботиться о своем здоровье и укреплять свой организм.



День 14 ноября психологи и педагоги решили сделать спортивным. Было решено создать рабочую группу, в состав которой вошли заместитель декана психолого-педагогического факультета по воспитательной работе Г.Ю. Иконникова, преподаватель физической культуры Н.Н. Баева и студентка 2 курса по направлению «Воспитательная работа» Дарья Таратухина.

В качестве почетного гостя на мероприятии присутствовала кандидат мастера спорта СССР по легкой атлетике, призер чемпионата по легкоатлетическому многоборью СССР, многолетний член сборной Санкт-Петербурга по легкой атлетике, призер встреч по легкой атлетике (барьерный бег) Екатерина Викторовна Потапова.

На зарядку собрались студенты первых курсов психолого-педагогического факультета (46 человек).

Хорошее здоровье – наиважнейшая составляющая. Пропуск лекций из-за болезни отражается на уровне знаний. А так как все мы хотим успеха и в учебе, и на работе, то нам необходимо быть здоровыми и сильными, морально устойчивыми к стрессам, закаленными, выносливыми. Поэтому психологи-педагоги считают: здоровый образ жизни студента и регулярные занятия физической культурой для обеспечения здоровья чрезвычайно актуальны в наше время.

*Материал и фото предоставлены психолого-педагогическим факультетом*

