



Описательный отчет за март 2026 г.

В первый день весны **1 марта** в с/к "Янтарь", проходил турнир по бадминтону, среди детей до 18 лет. Участники играли в общей возрастной категории: мужской и женский одиночный разряд. Без деления на возраст и уровень подготовки. Всего приняло участие 20 человек. Организатор турнира МБУДО СШ "СМЕНА".

Результаты соревнований:

Женская одиночная категория: 1 место - Осколкова Валерия, 2 место - Пушкарёва Дарья, 3 место - Карташова Диана.

Мужская одиночная категория: 1 место - Родькин Иван, 2 место - Суханов Александр, 3 место Кассиров Вячеслав.

Все участники награждены сладкими призами. А победители и призёры, грамотами МБУДО СШ "СМЕНА". Поздравляем всех победителей и призёров. Желаем дальнейших успехов в спорте!

7 марта прошло Физкультурное мероприятие по йоге, посвященное Международному женскому дню. Под руководством инструктора по спорту Коржавина Александра Владимировича занимающиеся выполняли упражнения из комплекса Паривритта (скрутки). Скрутки в йоге — это асаны, которые включают поворот позвоночника вокруг своей оси. Они приносят множество физических и психоэмоциональных преимуществ, при правильном выполнении. Улучшение гибкости позвоночника, массаж внутренних органов, питание межпозвонковых дисков, укрепление мышц корпуса, улучшение осанки, расслабление и снижение стресса, концентрация внимания, эмоциональная разрядка.

7 марта состоялся Турнир по хоккею с шайбой «Матч поколений». Участвовало 27 человек. Это мероприятие по традиции собирает разные возрастные категории занимающихся, любителей хоккея. Команды «Чайка» и «Победа» сыграли со счетом: 2 - 4. Участники команды «Викинг» играли между собой!

8 марта в честь Международного женского дня в центре единоборств «Воин» состоялся мастер класс для представительниц прекрасной половины населения г. Северска, девушки изучали удары руками и ногами, занимались общей физической подготовкой и получили заряд бодрости и позитива на весь день! Участвовало 15 девушек старше 18 лет.

12 марта инструктор по спорту Галанина Яна Геннадьевна провела Турнир по волейболу у своих занимающихся. Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды делали игру захватывающей и интересной.

21 марта инструктор по спорту СШ "Смена" Щеглов Дмитрий Николаевич провел Турнир по волейболу. Участвовало 6 команд.

1 место - команда МЧС

2 место - команда Томск

3 место - Северский промышленный колледж.

29 марта состоялась Товарищеская встреча по хоккею среди команд по месту жительства «Чайка» и «Победа». В мероприятии принимали участие занимающиеся инструкторов по спорту СШ «Смена» В.И. Просвирина и А.Ю. Болдина.

30 марта инструктор СШ «Смена» Синаевская Г.В. провела Спортивные старты для детей «На спорте». Дети прошли по станциям:

- игра в вышибала

-гамаки

-прыжки на мини батутах

- «Веселые старты»