

# СПОРТ – ПОМОЩНИК В УЧЕБЕ

Научно-образовательный центр, занимаясь научно-просветительской деятельностью, сотрудничает с общеобразовательными учреждениями города Вологды и области в рамках организации различных конкурсов. Участники – активные, творческие и целеустремленные ребята, которые достигают больших успехов в спорте, танцах, музыке и других видах творческой деятельности.

ЗНАКОМЬТЕСЬ:

САГИДУЛЛИН КОНСТАНТИН

ПРИЗЕР ЗАОЧНОГО КОНКУРСА ЭССЕ

НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА В 2024 ГОДУ



*С 7 лет я серьезно занимаюсь каратэ киокушинкай, что в переводе с японского означает «общество высшей силы», «высшая истина». Это самый жесткий вид полноконтактного каратэ. На каратэ меня привел старший брат, который также занимался этим видом спорта.*

*В каратэ есть специальная форма – доги, пояса разных цветов, каждый из которых обозначает этап профессионального развития. У меня зеленый пояс – это означает, что я уже не новичок и обладаю определенными навыками в каратэ. Существуют ритуалы приветствия и прощания, традиции. Например, все каратисты в канун Нового года выполняют количество ударов, кратное году, который встречают в текущем периоде. В этом году будем выполнять 2025 ударов.*

*Благодаря моему тренеру Дмитрию Михайловичу Бессонову я достигаю высоких результатов. Он добрый, чуткий и настойчивый. За 7 лет я побывал на разных соревнованиях в Вологде, Череповце, Тотьме, Санкт-Петербурге, Москве, Воркуте, Ярославле, Архангельской области. Имею второй спортивный разряд. Я не останавливаюсь на достигнутом, продолжаю серьезно заниматься и совершенствоваться.*

*Занятия каратэ помогают в учебе. Благодаря этому виду спорта я становлюсь сильным духом, выносливым, дисциплинированным, а самое главное – энергичным, думающим, мудрым! Поэтому всем советую заниматься спортом.*

