

**ГБОУ СОШ 653**

**с углубленным изучением иностранных языков**

**(хинди и английского)**

**калининского района Санкт-Петербурга**

**имени Рабиндраната Тагора**



**ПОРТФОЛИО ШКОЛЬНИКА**

**ПО ПРЕДМЕТУ**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Портфолио ученицы 8«В» класса

Светлицкой Валерии Дмитри

## Резюме



ФИО: Светлицкая Валерия Дмитриевна

Дата рождения: 15.02.2004

Место рождения: г.Санкт-Петербург

Гражданство: Россия

Образование: ученица 8в класса ГБОУ СОШ 653

## Здоровье и физическая подготовленность

Показатели	В начале года	В конце года
Рост	164	165
Вес	47	48
Окружность груди	80	80
ЧСС в покое	52	54

Группа здоровья: 1

Заболевания: острый бронхит, коклюш, острый гайморит, хронические заболевания-отсутствуют

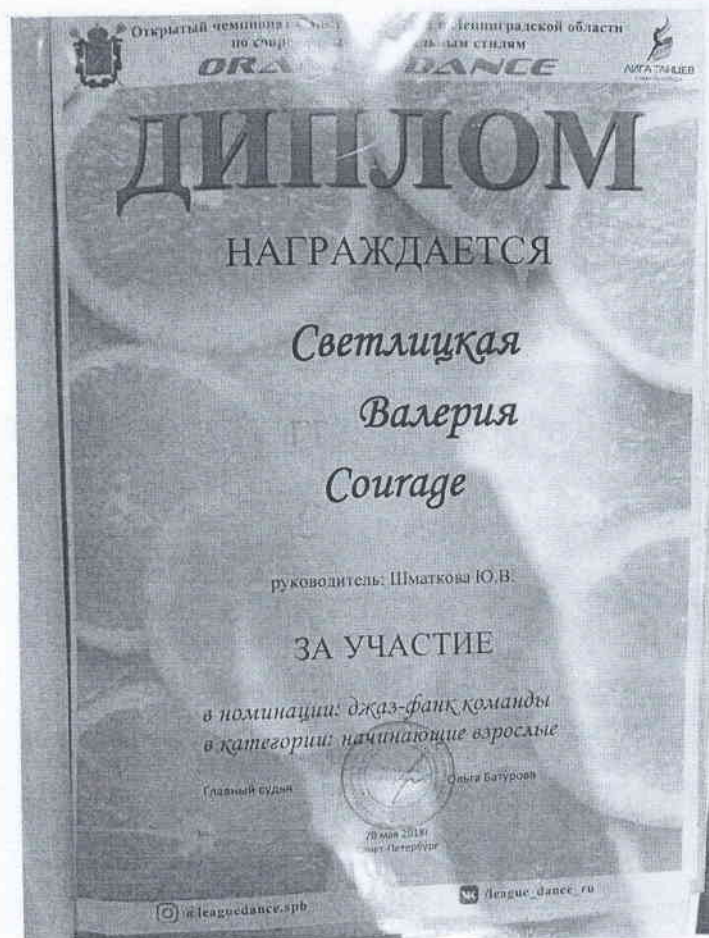
Ограничение в занятиях физическими упражнениями: отсутствуют

## Достижения

### Победа в конкурсе «СЕВЕРНАЯ СТОЛИЦА»



### Победа в конкурсе «ORANGE DANCE»



## Четвертое место в конкурсе «EXTREME WINTER DANCE»



## Победа в конкурсе «Flash»



## Третье место в конкурсе «Dance Way»



## Второе место в конкурсе «MDF»



## Фото-сессия



Перед каждым выходом на сцену я волнуюсь, но процесс самого выступления невероятное удовольствие.



Только упорный труд в зале может привести к высоким достижениям.



Мне повезло с командой, в которой я танцую. Мы чувствуем и понимаем друг друга с полуслова. Лишь потому что мы вместе нам удастся побеждать и быть первыми.



Эмоции, которые ты испытываешь при победе, нельзя описать словами.



Нужно поддерживать крепость тела,  
чтобы сохранить крепость духа.  
Гюго В.

Физические упражнения могут заменить  
множество лекарств, но ни одно лекарство  
в мире не может заменить физические  
упражнения.

Мюссе А.

Жизнь требует  
движения.

Аристотель

Танец  
– это тайный язык души.

Марта Грэхем

Мы должны считать потерянным  
каждый день, в который мы не  
танцевали хотя бы раз

Фридрих Ницше