



## Спортивный выпуск!

*XXII зимние Олимпийские игры (7-23 февраля)*

*Паралимпийские игры (7-16 марта)*

### ЖАРКИЕ. ЗИМНИЕ. ТВОИ.

#### Слово редактора

Привет, дорогие читатели! Двум мировым событиям в Сочи и спорту вообще посвящен новый выпуск нашей школьной газеты. За этими грандиозными событиями будут наблюдать миллиарды людей. Лично я хочу призвать наших читателей следить за развитием игр и болеть за наших спортсменов.

В этом выпуске вы прочтаете интервью со спортсменами нашей школы, результаты социологического опроса учителей.

*Валерия Бусова*

За Олимпийскими и Паралимпийскими играми в Сочи в течение нескольких недель будет следить весь мир. И наша школа не осталась в стороне от этого события мирового масштаба.

Во-первых, проведена заочная викторина "Сочи олимпийский", на которую было представлено 46 ученических работ (9 коллективных и 37 индивидуальных). Победителем в номинации "Индивидуальные работы" названа ученица 4 В класса **Сметанина Анастасия**, призёрами – **Абакумов Дмитрий**, **Гадырка Елизавета**, **Козлова Елизавета**, **Чурносова Татьяна** (4 Г класс). В номинации "Коллективные работы" жюри отметило материалы **11 класса** (1 место), **8 А класса** (2 место) и **6 Б класса** (3 место). А сертификаты, конечно, получают все, кто принял участие в этом конкурсе.

Во-вторых, в дни Олимпиады нам хотелось бы привлечь внимание читателей к тем нашим учащимся, которые, возможно, через несколько лет сами станут участниками подобных соревнований. Поэтому на страницах газеты и стендах I этажа - наши спортсмены.

### ИЗ ИСТОРИИ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Если хорошо покопаться в истории античных Олимпиад, то можно найти множество интересных подробностей. Например, римский император Нерон, известный своей жестокостью и необъяснимыми поступками, является двукратным олимпийским чемпионом! В 65 году от Рождества Христова он специально посетил Грецию, чтобы не только посмотреть, но и принять участие в Олимпийских играх. К его приезду тщательно готовились и даже придумали доселе не существовавшую дисциплину – состязание герольдов и актеров. Как нетрудно догадаться, Нерон безоговорочно победил в этом соревновании. Это был его первый триумф, а свой второй олимпийский титул император получил за победу в гонках на колесницах. Как свидетельствуют хронисты того времени, Нерон выиграл заезд с явным преимуществом. Кто бы сомневался! По случаю победы императора Рим гулял целый год, промотав на празднования успеха Нерона четырехлетний бюджет империи.

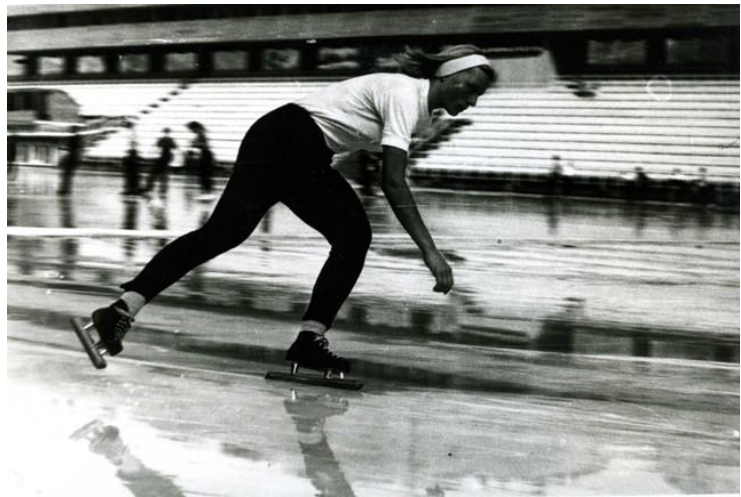
## Интервью с учителем

Готовя спортивный выпуск газеты, мы не могли не побеседовать с нашим учителем физкультуры **Татьяной Анатольевной Мясниковой**. Татьяна Анатольевна рассказала, как она пришла в спорт.

*Я начала заниматься беговыми коньками почти полвека назад, когда мне было всего 13 лет. К нам в класс пришел тренер Ильин Владимир Алексеевич и пригласил нас на тренировку. На занятия пошел почти весь класс, но осталась заниматься я одна. Я помню свои первые удачи и падения, но у меня никогда не возникало мысли бросить все. Я благодарна своим родителям за то, что они никогда не отговаривали меня от занятий спортом, даже если возникали какие-то проблемы с учебой.*

Мы попросили Татьяну Анатольевну рассказать о конькобежном спорте, а также поинтересовались, каких спортивных достижений достигла Татьяна Анатольевна.

*В конькобежном спорте на старт выходят сразу два спортсмена: один стартует по большой дорожке, другой по малой. Пробежав поворот, они делают переход, и тот, кто бежал по большому повороту, финиширует по малому - это на дистанции 500 метров. Спринтерские дистанции - это 500 и 1000 метров, а 1500, 3000, 5000 и 10000 метров - это стайерские дистанции. Мои любимые дистанции были спринтерские, на них я и выполнила норматив "Мастера спорта СССР" в 17 лет. Это произошло в городе Алма - Ата на высокогорном стадионе Медео, где проходило первенство Добровольного спортивного общества "Водник".*



На катке Медео (Казахстан, Алма-Ата), сентябрь 1974

На вопрос, «Какие качества в себе Вам удалось воспитать именно благодаря этому виду спорта?» мы получили следующий ответ:

*Занятие этим видом спорта помогло воспитать в себе такие типичные качества характера спортсмена, как самостоятельность, трудолюбие, добросовестность, настойчивость и упорство. Я стала членом сборной команды Архангельской области по беговым конькам, была победителем первенства Архангельской области, победителем и призером "Беломорских Игр", а также первенства зоны Северо-запада, призером Спартакиады народов РСФСР, членом юношеской сборной команды по беговым конькам РСФСР.*

*И нашим ученикам, которые хотят добиться результатов в спорте и в жизни, необходимо развивать в себе такие качества, как требовательность, дисциплинированность, принципиальность и трудолюбие.*

На вопрос «Следите ли Вы за новостями, связанными с этим видом спорта, будете ли Вы болеть за спортсменов этого вида на олимпиаде в Сочи-2014?» мы получили следующий ответ:

*Конечно же, я слежу за новостями своего любимого спорта в нашей области, знаю, что из Архангельска в олимпийскую сборную попал конькобежец Александр Румянцев и побежит он на длинных дистанциях. Очень хочется, чтобы он не только побил свои личные рекорды, но и смог претендовать на призовое место на XXII зимних Олимпийских играх. Ну и, конечно, большие надежды возлагаются на нашего лучшего бегуна на коньках, призера Олимпийских Игр-2010, Ивана Скобрева.*

Артем Чубаров



Первенство центрального спортивного общества «Водник», Нижний Новгород, 1974

В нашей школе учится более 900 человек. Мы учимся вместе, и нам кажется, что мы друг друга знаем. Но когда мы поближе познакомились с некоторыми ребятами, то поняли, что, оказывается, мы так мало знаем друг о друге. С этого номера школьной газеты было решено ввести рубрику «Школа в лицах». Сегодня мы расскажем о ребятах, которые уже достигли многого в спорте.

Знакомимся: **Сергей Кубышкин**, 9 А класс. Сергей – кандидат в мастера спорта по спортивной гимнастике.

**Кто тебе посоветовал заниматься именно этим видом спорта?**

Я начал заниматься гимнастикой в том возрасте, в котором за меня решения принимали родители.

**С какого возраста ты занимаешься спортом?**

В 3 года родители записали меня на акробатику, но через 3 года тренер ушел, и я перешел на спортивную гимнастику. Я пришел на секцию в середине года, и группа была уже набрана, мест не было, но тренер Руслан Алексеевич Демин дал мне шанс.

**Какие соревнования были для тебя самыми значимыми?**

Каждое лето мы выезжаем на сборы на Украину, в город Евпаторию. Там мы участвуем в международном детском турнире. В этом турнире принимают участие спортсмены 4 стран. И ежегодно в Архангельске проводятся всероссийские соревнования «Беломорские надежды», на которых подводятся итоги за год.

**Трудно ли совмещать ежедневные тренировки с занятиями в школе?**

Мне уже нетрудно совмещать тренировки со школой, но иногда после тяжелой и долгой

тренировки сил на домашнее задание не остается.

**Что включают в себя соревнования по КМС (кандидат в мастера спорта)?**

Соревнования по КМС включают в себя две программы: в первый день – обязательная, а во второй – произвольная. Мы выступаем на шести снарядах: конь, кольца, брусья, перекладина, вольные упражнения, прыжок. На каждом снаряде по КМС нужно выполнить восемь элементов и соскок.



В нашей школе учителем химии работает мама Сергея **Елена Геннадьевна**, мы задали несколько вопросов и ей.

**Елена Геннадьевна, выбор вида спорта Сергея обсуждался в семье?**

Это была ближайшая секция к нашему дому.

**Что значит быть мамой спортсмена?**

У нас очень спортивная семья, поэтому быть мамой спортсмена очень естественно. Конечно, на соревнованиях я испытываю гордость за своих детей, но считаю, что любой человек может достигнуть высот, если не в спорте, то в творчестве. Было бы желание.



**Понятно, что спортивная гимнастика – это дисциплина летних Олимпийских игр, но белая Олимпиада в Сочи привлекает внимание миллионов людей в мире. Вы будете смотреть олимпийские соревнования? В каких видах спорта?**

Это грандиозное событие для нашей страны, и наша семья, конечно, будет следить за олимпийскими соревнованиями. Я отдаю предпочтение биатлону и фигурному катанию.

Сергей: Я буду болеть за нашу хоккейную сборную. И еще мне очень нравятся соревнования по фристайлу.

## О МЕДАЛЯХ ИГР



В основе дизайна медалей лежит основная идея бренда «Сочи 2014» – контрастность удивительной страны, где Европа встречается с Азией, где первозданная природа соседствует с мегаполисами, а инновации сочетаются с богатым культурным наследием. Золотистые лучи солнца преломляются сквозь призму заснеженных вершин гор, теплое море соседствует с морозным льдом – воплотившись в медалях, эти контрасты природы России навсегда останутся с чемпионами и будут напоминать им о незабываемых Играх в Сочи.

С помощью гравировки на награды нанесено фирменное «**лоскутное одеяло**» Игр – мозаика из национальных узоров российских культур и этносов. Дизайн медалей считается одним из самых оригинальных за всю историю игр.

Читателей нашей газеты мы хотим познакомить с **Кошиком Александром**, учеником 8 Б класса. Саша занимается боксом, имеет 2 юношеский разряд.



**Саша, с какого возраста ты начал заниматься боксом?**

Я начал тренироваться с 12 лет. Когда пришел на первую тренировку, мне очень понравился этот вид спорта.

**Много ли времени ты посвящаешь тренировкам?**

Первый год я ходил на тренировки через день, сейчас я тренируюсь шесть дней в неделю. Каждая тренировка продолжается около двух часов. Во время каникул занятия проходят два раза в день, утром и вечером.

**Какие черты характера воспитывают занятия спортом?**

Главное, что воспитывает спорт, - дисциплинированность, закаляет характер. Занятия боксом развивают скорость, реакцию, выносливость.



**Саша, у тебя очень много наград. А какие соревнования были для тебя самыми значимыми?**

Я участвовал в десяти турнирах по боксу и занял пять первых мест, четыре вторых и одно

третье. Самыми сложными и значимыми соревнованиями для меня были первенство Северо-Западного федерального округа и первенство России.

**А кто из соперников тебе запомнился?**

Больше всего мне запомнился соперник из моего первого боя. Он живет в Екатеринбурге, занимается боксом дольше, поэтому опытнее меня. Это был сильный боксер.

**На соревнованиях кто за тебя болеет?**

Болеют за меня те, кто хочет моей победы. Это, конечно, мой тренер, друзья, с которыми я занимаюсь спортом. А самые главные мои болельщики - это родители.

**Твои родители заставляют тебя заниматься спортом?**

Я занимаюсь сам. Но иногда бывает, что очень устаю и пропускаю тренировки, вот тогда они меня заставляют.

**Саша, а в повседневной жизни ты применяешь свои спортивные навыки?**

Еще не приходилось, но я понимаю, что ситуации бывают разные, если потребуется, применю.

**Как ты думаешь, занятия спортом пригодятся тебе в жизни?**

Конечно, пригодятся и помогут. И если честно, то я думаю о профессиональной боксерской карьере.



В одном классе с Сашей учится **Закиров Игнат**, который тоже занимается боксом.



Игнат занимается боксом первый год, но на своих первых соревнованиях - Первенство города по боксу - уже занял 2 место.

Есть в нашей школе спортсмены и в 5 А классе.

Знакомьтесь: **Кузнецов Олег**.



Олег занимается греко-римской борьбой с 6 лет. Мечтает стать мастером спорта. Сейчас активно участвует в соревнованиях и занимает призовые места. Уже был на соревнованиях в норвежском городе Киркенес.

В школьной секции у Суровцева Евгения Анатольевича тоже с 6 лет занимается **Рыков Максим**.



Максим принимает участие в соревнованиях по тэквондо, является чемпионом Архангельска и Северодвинска.

В десятом классе учится **Анна Стригалева**, кандидат в мастера спорта.

**Аня, каким видом спорта ты занимаешься?**

Я занимаюсь прыжками на батуте и упражнениями на акробатической дорожке.

**С какого возраста ты начала заниматься спортом?**

С 11 лет.

**Расскажи, как проходят твои тренировки.**

В начале каждой тренировки мы разогреваем мышцы. Потом начинается отработка простых элементов, а с каждым подходом увеличивается трудность упражнений. После работы на акробатической дорожке я перехожу к следующему снаряду для совершенствования элементов или изучаю выполнение нового элемента. После работы на снарядах начинается подкачка мышц или общефизическая подготовка для укрепления мышц. Вся тренировка занимает три-четыре часа.

**Аня, ты бы хотела попасть на настоящую Олимпиаду?**

Да, я бы очень хотела побывать на Олимпиаде и в роли зрителя, и в роли участника, если бы наш снаряд был включен в программу олимпийских соревнований. Олимпиада – это событие, которое значимо для всех спортсменов, это итог работы тренера и спортсмена. А мне как спортсменке хотелось бы посмотреть на Олимпиаду не только по телевизору, но и ощутить атмосферу Игр «вживую».



**Волнуешься ли ты перед соревнованиями?**

Волнение всегда присутствует, но я вспоминаю приятные моменты в моей жизни, думаю о родителях.



**Объединяет ли спорт людей? Почему?**

Конечно, объединяет. Когда я начала заниматься в спортшколе, у меня появилось много друзей, которые стали для меня очень близкими людьми. У спортсменов всегда есть темы для разговоров. Во время соревнований в других городах у меня появляются новые знакомые. Спорт объединил меня и многих людей, которые стали играть огромную роль в моей жизни.

**Что бы ты пожелала новичкам в спорте?**

Никогда не унывать, стремиться к высоким результатам в спорте, слушать советы тренера, постоянно совершенствоваться.



Аня рассказала нам, что также является спортивным судьей, она спортивный судья III категории.

*Анна Васильева*

В 9 Б классе учится **Шульгина Диана**, которая является спортивной «звездой» нашей школы.



Диана рассказывает о себе: «Мне нравятся многие виды спорта, но особенно настольный теннис – им я занимаюсь около 4 лет. Тренируюсь 4 раза в неделю. Я выбрала именно настольный теннис, потому что это очень интересный и увлекательный вид спорта, развивающий реакцию, внимание, координацию движений. В теннис играют люди в любом возрасте, что повышает его популярность. Благодаря моим увлечениям я побывала в некоторых городах России: Санкт-Петербурге, Рыбинске, Ярославле. Также для поддержания физической формы я занимаюсь лёгкой атлетикой около года. Занимаясь спортом, ведя здоровый образ жизни, можно сохранить здоровье на долгие годы».





Соревнования проходили в ожесточённой и напряжённой борьбе. Эстафета первенства переходила от команды «Комета» к команде «Бегуны». Накалом страстей стал конкурс «Катание на санях». А взрыв смеха и радостных эмоций вызвало состязание «Чудеса погоды». Детям-участникам предстояло преодолеть дистанцию, надев обувь очень большого размера: на одну ногу – валенок, на другую – калошу.

Традиционным и наиболее любимым спортивным мероприятием в начальной школе является праздник «Папа, мама, я – спортивная семья».

15 февраля 2014 года учащиеся 3 «В» и 3 «Г» классов и их родители собрались в небольшом, но уютном спортивном зале здания начальной школы, чтобы сравниться в ловкости, сноровке и выносливости, получить заряд хорошего настроения и положительных эмоций.

К данному мероприятию все готовились заранее. Родители обдумывали названия и девизы команд, а педагоги подбирали материалы для проведения конкурсов и музыкальное сопровождение к ним.

Ровно в 14.00 команда 3 «В» класса «Комета» и «Бегуны» из 3 «Г» класса построились. В каждой команде было по 9 взрослых и 9 детей.

Открыла мероприятие учитель физической культуры Шабарова Наталья Витальевна. Торжественность вступительной части придало выступление агитбригады учащихся 3 «Г» класса.

Чтоб успехов нам добиться,  
Мы должны, как кольца, слиться.  
Быть едины, и сильны,  
И надёжны, и дружны!  
Эти слова стали девизом празд-

ника, приуроченного XXII зимней Олимпиаде в городе Сочи.



Все конкурсы были посвящены зимним видам спорта. В перерывах между состязаниями Наталья Витальевна задавала вопросы по истории олимпийских игр, проверяла знания детей о различных видах спорта.

Очень весело и задорно прошла разминка «Игра в снежки» мячом с олимпийской символикой. Сплотиться командам помогла эстафета «Передай комочек другу». Скорость, выносливость и прыгучесть проявили наши родители, выполняя очень сложное задание: перепрыгивание через скамейку с опорой на руки.



Мальчики и папы показали своё мастерское владение клюшкой и мячом. Позже родители признались: «Как в детстве побывали. Вспомнили свои дворовые команды по хоккею».



Не менее увлекательным был «Слалом». Оказалось очень нелегкой задачей одолеть «змейку» на коротких лыжах и с палками разной длины.

Праздник прошёл в очень дружной, радостной атмосфере. Всех присутствующих: и участников, и болельщиков – охватывали неподдельные эмоции и переживания. «Было жарче, чем в Сочи!» - поделились впечатлениями участники праздника.

*(Продолжение на странице 7)*

От лица родителей, детей и педагогов хочется сказать огромное спасибо учителю физической культуры **Шабаровой Наталье Витальевне** за организацию такого великолепного спортивного мероприятия с необычными интересными конкурсами.



В свою очередь педагоги поблагодарили родителей учащихся за то, что те, хотя бы на один час, поменяли привычный образ жизни: оторвались от компьютеров, телевизоров и плиты, и тем самым доставили радость себе и детям.



По мнению всех родителей, такие мероприятия сплочивают взрослых и ребят, а значит должны проводиться чаще!

*Хабарова С.А., член родительского комитета 3 «Г» класса*



Готовя спортивный выпуск газеты, мы заинтересовались, какими видами спорта занимались наши учителя в школьные годы.

Елена Викторовна Кошик, Елена Витальевна Шемякина, Валентина Николаевна Яблокова увлекались лыжами. Спортивной гимнастикой занимались Любовь Валентиновна Чебыкина и Наталья Игоревна Бессонова, а художественной гимнастикой - Юлия Васильевна Шестакова. Баскетболу отдавали предпочтение Лариса Николаевна Давыдова, Татьяна Валентиновна Петрова и Наталья Игоревна Бессонова.

«Здоровая нация – это мы!» - говорят учителя и призывают нас всех заниматься спортом в свободное время. Сами они тоже с удовольствием посвящают спорту свой досуг.

Ходят в бассейн Наталья Игоревна Бессонова, Ольга Валерьевна Семенова, Елена Витальевна Шемякина. В выходные на лыжи встают Галина Лукияновна Желудкова, Валентина Николаевна Яблокова, Ольга Валерьевна Семенова, Елена Витальевна Шемякина. На катках нашего города можно встретить Светлану Игоревну Добрынину, Ларису Николаевну Давыдову, Елену Юрьевну Чистякову.

*Михаил Яковлев*

Мы продолжаем знакомить читателей нашей газеты со спортсменами школы.

Знакомимся: это сборная по легкой атлетике **Ивашевская Диана, Кузьмина Анна, Мироненко Лиана, Голобурдина Ксения**, учащиеся 8 А класса.



Эта команда удачно выступает на окружных и городских легкоатлетических соревнованиях.



Сборную команду школы по футболу трудно представить без **Осипова Юрия** (9 Б класс).

Юра принимает активное участие в школьных, окружных и городских соревнованиях по мини-футболу, занял 2 место в турнире по мини-футболу IV-й Межрайонной молодежной спартакиады по игровым видам спорта, 1 место в городском турнире по мини-футболу "Архангельск - без наркотиков".



Юра играл за команду нашей школы на чемпионате Северо-Запада по мини-футболу.

Проведение в конце января - начале февраля Недели психологии – тоже традиция нашей школы. Без преувеличения можно сказать, что эта Неделя любима всеми без исключения возрастными категориями школьников.

Традиционно в рамках Недели прошли конкурс рисунков (темы «Моя школа», «Моя семья», «Мой друг» - 79 участников), социологические опросы («Кто мне поможет в трудной ситуации?» - 458 участников, «Настроение в моей семье» - 278 участников), сочинения (тема «Сказка о дружбе» - 4 участника), развивающие занятия (тема «Сотворение мира» - 67 участников).



С большим удовольствием наши дети участвовали в акции «Солнце спрятано в каждом» (45 участников). Интересно, что самым популярным изображением на щеке школьников был российский флаг!



Конечно, организация такого рода мероприятий требует изобретательности и времени, поэтому Ольге Владимировне Тильман огромная благодарность за подготовку всех акций и конкурсов! И очень приятно было ежедневно видеть большую заинтересованность учащихся, позитивный настрой, неформальное взаимодействие детей и педагогов, а еще помощь многих-многих учеников, помощников - волонтеров!

*Елена Витальевна Шемякина*



За неделю была собрана «коллекция добрых слов» - выражений, которые помогают и поддерживают в трудную минуту (325 участников).

Сюрпризом для именинников этой недели стало поздравление их от имени всей школы, которое прошло в каждом случае очень трогательно и весело.



Еще больше восторга у наших учеников вызвала акция – флэшмоб «Улыбнись жизни – ты ей нравишься!». В большой школе она была подготовлена девочками 5-6 классов, а в начальной школе количество ее участников было более 150!