

СТАРТ



Школьная молодёжная газета

Выпуск № 3 (7); июнь—сентябрь 2019

Печатный орган МБУ «СШ № 1»

г. Железногорска Красноярского края

Издаётся с июля

2017 года



**Нет смысла в поиске
места, где вам будет
хорошо.
Есть смысл научиться
создавать это
“хорошо” в любом
месте.**

**Претендент
на звание
статуса но-
мера:**



Слово редакции - традиционное!

Реальные действия
несут реальные перемены!
Изменения не происходят сами
по себе, их не нужно ждать, -
их нужно делать!

Дорогие наши читатели!

Свою очередную встречу с вами мы решили начать с этого мотивирующего статуса: нам показалось, что он как нельзя лучше отражает суть удивительного явления, имя которому—ЖИЗНЬ.

Если посмотреть на прошедший год- сезон, прожитый школой, именно с точки зрения изменений, то он выдался весьма продуктивным: мы пережили 50-летний юбилей (а значит, перешли в некое новое качество), мы всё так же старались быть в гуще не только спортивных, но и социальных событий (а это в нашем случае и соревнования, и различные мероприятия), мы перешли (наконец-то!) на спор-

тивную подготовку и, несмотря на очередную смену названия, продолжаем оставаться номером 1...

Это многоточие в данном случае совершенно не случайно: много чего (хочется на это надеяться!) предстоит нам хорошего, потому что все мы—сторонники реальных действий, а это значит, что будет и результат.

Так что...Только вперёд, только в действии—желательно, все вместе!

С уважением и любовью к вам,

Ваша Редакция

Вот ещё в тему-наглядно!



Выпуск 2019 - тоже из разряда традиционного!



Каждой новой весной (а на этот раз летом - что более естественно!) случается очередной выпуск не только из обычной общеобразовательной, но и из спортивной школы—во всяком случае, у нас это именно так.

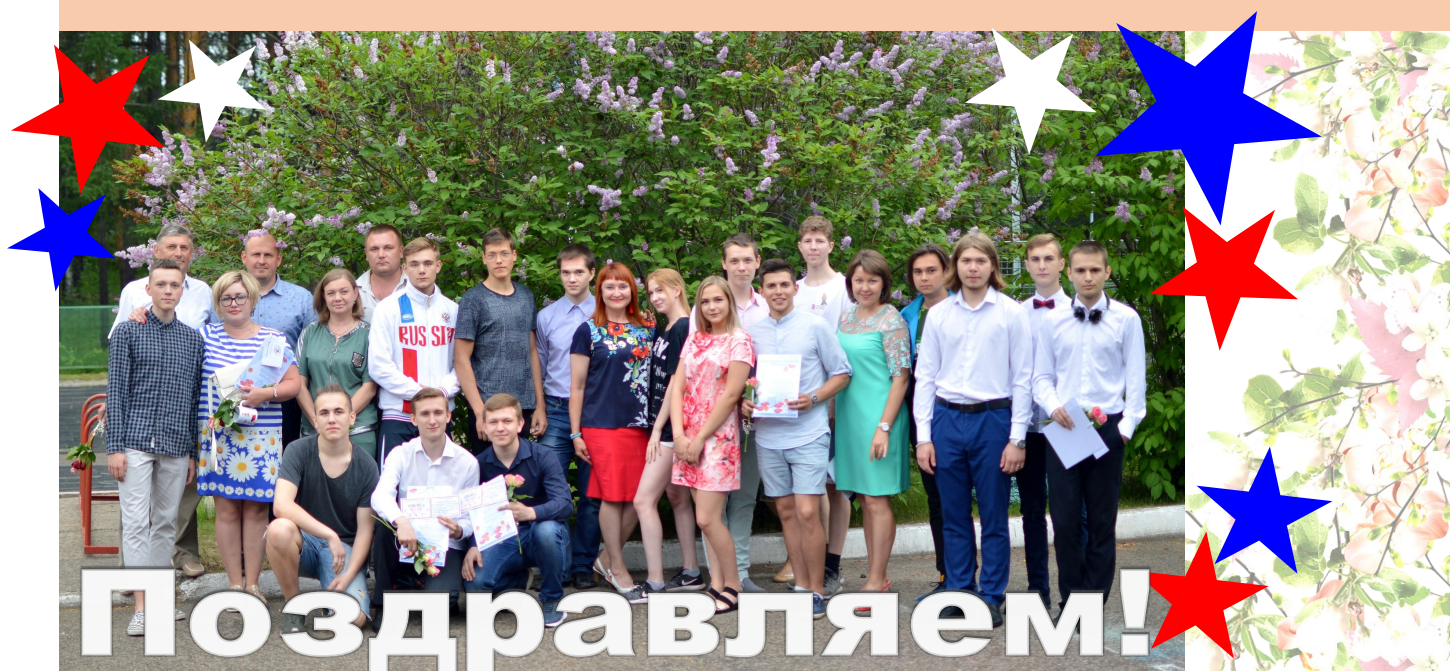
Вот и **15.06.2019г.** эта добрая традиция нашей школы продолжилась: 23 человека (представители отделений лёгкой атлетики, кикбоксинга, пулевой стрельбы, лыжных гонок и горнолыжного спорта) - закончили курс спортивных наук и перешли в статус выпускников.

Особая гордость тренеров и школы № 1 - **Владислав Канунников** (Мастер спорта России; кикбоксинг), **Андрей Ор-**

ленко (Кандидат в мастера спорта России; кикбоксинг), **Виктория Янкилевич** (Кандидат в мастера спорта России; легкая атлетика), **Владимир Шилов** (Кандидат в мастера спорта России; пулевая стрельба), **Ангелина Бобко** (Кандидат в мастера спорта России; выполнила норматив Мастера спорта; лыжные гонки); **Кирилл Чаписов** (Кандидат в мастера спорта России; лыжные гонки).

Мы желаем всем ребятам дальнейших успехов не только в спорте, но и в жизни. Пусть годы, проведенные в спортивной школе, останутся в памяти яркими воспоминаниями!





Отделение	ФИО	Год поступления	Разряд
Лёгкая атлетика 	Бурмакин Владислав Олегович	2010	3
	Викторова Алина Вениаминовна	2014	3
	Дорфман Елена Витальевна	2011	3
	Евтушенко Алиса Алексеевна	2013	2
	Иванов Андрей Александрович	2010	3
	Карюгин Илья Николаевич	2010	3
	Лисовец Егор Игоревич	2014	3
	Поляк Денис Сергеевич	2014	2ю
	Сабада Никита Константинович	2013	1
	Сенчуров Андрей Васильевич	2011	3
	Смирнов Даниил Сергеевич	2010	3
	Смирнов Никита Алексеевич	2014	2
	Страхов Егор Александрович	2016	3
	Щенина Софья Сергеевна	2014	2
Кикбоксинг	Янкилевич Виктория Витальевна	2010	КМС
	Канунников Владислав Валерьевич	2010	МС
Пулевая стрельба	Орленко Андрей Артёмович	2012	КМС
	Куфин Кирилл Константинович	2015	1
	Шевченко Артём Егорович	2015	1
Горнолыжный спорт	Шилов Владимир Юрьевич	2015	КМС
	Гульков Тимофей Владимирович	2010	1
Лыжные гонки	Бобко Ангелина Алексеевна	2011	КМС (вып. МС)
	Чаписов Кирилл Олегович	2014	КМС



Всероссийский творческий конкурс «Слава созидателям!» на территориях присутствия Госкорпорации «Росатом» проводится уже на протяжении нескольких лет. Изначально формат работ участников был представлен видеосюжетами—в 2018-м году учащиеся нашей спортивной школы, активно подключившись к участию в конкурсе, сняли 16-ть видеороликов, героями которых стали ветераны СШ №1 (тренеры, сотрудники, партнёры). Понятно, что отснятого материала для представления на страницах «СТАРТА» вниманию читательской аудитории нам хватит ещё надолго. Но это и хорошо: во-первых, это позволяет нам продолжать знакомить вас с теми, кто и сейчас продолжает оставаться в созидателях; ну а во-вторых, мы своими материалами можем поддержать новый формат творческого конкурса, приобретённый им в этом году—сочинение (слово-то у нас печатное!).

В этом номере вашему вниманию мы представляем рассказ тренера отделения лыжных гонок **ЕВГЕНИЯ ВЛАДИМИРОВИЧА ЦУКМАНА (автор сюжета—**АНГЕЛИНА БОБКО**).**

В наш город (тогда ещё Красноярск-26) я приехал со своими родителями, будучи совсем маленьким—6 лет мне было. Приехали мы из маленькой деревни Нарва, что в Манском районе—на берегу красивой реки Мана. Наша семья поселилась в посёлке Первомайский (сейчас более известный как Майка) - именно отсюда пошёл отсчёт моих дней и лет учёбы (в 1-й класс я пошёл в далёком 1966-м году) и занятий спортом.

Надо сказать, что в нашем городе я оказался благодаря тому, что мои молодые мама и папа, желая другой жизни, захотели вырваться из деревни в город; тем более, что папу, токаря высшей квалификации, пригласили на авторемонтный завод, и он приехал вначале сам, а когда ему дали квартиру, он перевёз и семью. С тех пор мы живём здесь.

Мои первые впечатления о городе? Деревенский мальчишка не только впервые попал в город, но и впервые увидел многие удивительные (в его понимании) моменты, которых в деревне, понятное дело, не было и в помине: красивые магазины, обилие продуктов, автобусы, новые машины, высокие дома...Естественно, широко распахнутыми детскими глазами смотрел на это всё, впитывал...А уже потом стал задумываться, чем мне заниматься кроме учёбы. Решил, что это будет спорт.

Через него, кстати, пришёл и в профессию.

Дело в том, что классе в 5-м—6-м (в школе №105—была тогда такая) к нам пришёл

новый учитель физкультуры—Анатолий Герасимович Петрушенко, и...практически весь класс ушёл к нему в лыжную секцию: нас привлекло тогда ещё и биатлонное наследие учителя: поскольку он сам специализировался в своё время

на биатлоне, у него были «воздушки», и мы были рады возможности не только побегать на лыжах, но и пострелять. Правда, к концу учебного года из всего класса в секции мы остались вдвоём с одноклассником—он потом тоже перестал заниматься, а я продолжил один.

Тренером, кстати, тоже стал по случаю. В основном завершив карьеру лыжника, я пополнил ряды Вооружённых сил СССР—решил отдать свой долг родине; в 1982-м, после службы в армии, вернулся в город, продолжал активно заниматься спортом. И однажды тогдашняя глава городского спорткомитета Любовь Петровна Шайдакова-Павлова предложила попробовать набрать группы детей, справедливо полагая, что учить юных азам лыжных гонок мне будет гораздо интереснее, чем просто бегать на лыжах самому. С тех пор—вот уже почти 40 лет!—я воспринимаю себя частью спортивной жизни города.

Если же говорить об истории становления лыжных гонок как вида спорта Красноярск-26-Железногорск началась с отделения первостроителей, организовавших секцию лыжных гонок. Среди первых тренеров—Горячев, Котихин, семья Пшеничниковых (Серафима Николаевна приехала в город в качестве директора ДСШ, а её муж Арсентий Александрович—как старший тренер по лыжным гонкам). Именно они организовали первое в нашем городе отделение лыжных гонок. А уже позже, в 70-е годы тренеры А. Г. Петрушенко и Баженов Иннокентий Александрович воспитывали молодых перспективных гонщиков, становившихся обладателями чемпионских званий на соревнованиях краевого масштаба, Зоны Сибири и Дальнего Востока и даже на всесоюзном уровне.

Конечно, за годы моей жизни и работы в городе произошли большие изменения: город по-прежнему растёт, хорошеет—стал чище, опрятнее... Появились новые спортивные сооружения—например, функционирует 1,5-километровая лыжероллерная трасса, и могу сказать, что такого уровня «пересечёнки» в крае точно нет!

Что главное в моей работе? Дети! Ради них мы продолжаем оставаться в своей нелёгкой профессии, не спим ночами, трудимся... Стараемся сделать из них настоящих людей, которым потом по жизни было бы проще и лучше идти...Спорт ведь—это настоящая школа жизни: каждодневные физические, психологические, моральные нагрузки дают огромный толчок для дальнейшего развития, совершенствования...При моём тренерском участии сформировалось не одно поколение, и я рад, что это настоящие люди, которые ценят и труд, и жизнь, и честные отношения!



Спортивное лето легкоатлета: «Пришёл ошеломительный успех»!



**С победой! С покорением вершины!
Всё удалось, и вот ты лучший всех!
После стараний многих и рутины
Пришёл ошеломительный успех!**

Это четверостишие как нельзя лучше подходит для поздравления спортсменов-легкоатлетов нашей школы—тем более, что летняя часть их спортивного сезона выдалась ну ооочень насыщенной!))))

В самом начале лета ребята приняли участие в Чемпионате и первенстве города Железногорска по лёгкой атлетике. Эти соревнования являлись отборочными для участия в первенстве Красноярского края для юношей и девушек среднего возраста, последующее выступление в котором принесло сборной команде города «серебряные» награды.

Хотелось бы отметить высокие результаты участия на краевом уровне наших спортсменов **Семайкиной Дианы**, **Лоскутовой Ксении**, (метание копья), **Кудимова Евгения** (метание диска, толкание ядра), **Кольцовой Кристины** (бег 1500 и 3000 метров), **Михайловой Кристины** (прыжок в высоту), **Чурсина Данилы** (прыжок в высоту, метание копья), **Смолькова Владислава** (прыжок с шестом, бег 400м с барьерами), **Болотского Артёма**, **Евстратовой Карины**, **Овсянниковой Ксении**, **Коньковой Мариш** (прыжок с шестом). Все эти ребята стали победителями и призёрами краевого первенства, внеся в копилку командного зачёта немало очков. Наши поздравления с успешным выступлением и спортсменам спортивной школы №1, членам сборной команды Красноярского края, принявшим участие в

первенстве СФО по лёгкой атлетике, проходившем также в начале лета, но уже в Иркутске. На высшую ступень пьедестала поднялись сразу два наших воспитанника **Бодикова Александра** и **Еришов Иван**, одержавшие победу в толкании ядра. Они же стали вторыми в метании копья. Ещё одна наша спортсменка **Семайкина Диана** завоевала «бронзу» в этой же



дисциплине. Хотелось бы верить, что впереди ребят ждут победы не только Краевого и межрегионального уровня, но и покорение мировых вершин!

Материал подготовили тренер отделения лёгкой атлетики **Дельников Виктор Иванович** и инструктор-методист **Пешкова Елена Владимировна**

Пара мотивирующих статусов—как итог. И задел на будущее!

**У ТЕБЯ ЕСТЬ
ГОЛОВА, ДВЕ
РУКИ, ДВЕ НОГИ
И 168 ЧАСОВ В
НЕДЕЛЮ, ЧТОБЫ
ДОБИТЬСЯ СВОЕЙ
ЦЕЛИ**



**ВСЕГДА БЕГИТЕ К СВОЕЙ МЕЧТЕ.
ДАЖЕ ЕСЛИ НЕ ПОЛУЧИТСЯ ЕЕ ИСПОЛНИТЬ,
ВЫ БУДЕТЕ В ХОРОШЕЙ ФОРМЕ.**





О том, что в нашей спортивной школе с 2016 года ведётся работа по развитию адаптивного направления (в формате трендового на сегодня инклюзивного образования) по лёгкой атлетике— Спорт ЛИН, мы рассказывали в одном из предыдущих выпусков нашего «СТАРТА»; с завидной регулярностью новости о воспитанниках-линовцах появляются и в нашей новостной ленте на странице СШ №1 ВК— благо поводов ребята предоставляют достаточно!

О покорении очередных спортивных вершин своими «звёздами» рассказывает тренер отделения лёгкой атлетики **АЛЬБИНА АНДРЕЕВНА ПАРЫГИНА**.

Вот уже на протяжении нескольких лет мы сотрудничаем с Железнодорожной общеобразовательной школой-интернатом: благодаря заинтересованности учителя

физической культуры **Татьяны Валерьевны Веремеенко** простые (казалось бы!) экскурсии ознакомительного плана для многих учащихся этого

В марте 2019 года проходила очередная экскурсия для новичков, и уже можно говорить и о некой преемственности и передаче опыта будущим спортсменам через знакомство с лёгкой атлетикой, и о росте спортивных результатов. Так, Безносков Дмитрий выполнил 2-ой разряд в прыжке в высоту; прыгая способом Фосбери-флоп, Дима лишний раз доказал, что прыжковые дисциплины— сложный технический, и поэтому очень зрелищный вид; Лиза Беликова толкала ядро; другие ребята демонстрировали прыжки с разбега. Считаю, что это хороший опыт приобщения детей к здоровому образу жизни и организованному досугу.



В летнее время ребята находятся на спортивной площадке и наравне со всеми участвуют во всех общешкольных мероприятиях, что является прекрасным социализирующим фактором.

С 12 до 21 июля 2019г. в Республике Марий-Эл прошла III Всероссийская летняя Спартакиада инвалидов, собравшая более 2,5 тысяч участников из всех уголков нашей страны—от Сахалина до Калининграда. Сборная Красноярского края выехала на эти соревнования делегацией из 48-ми человек. В неё вошли и наши «звёздочки» - Быстрова Арина и Беликова Елизавета. Девушки успешно выступили в своих дисциплинах (Быстрова Арина—1-е место в прыжке в длину, 2-е место - бег 400м; Беликова Елизавета—2-е место в толкании ядра), а команда Красноярского края стала сильнейшей на Спартакиаде!

***Для справки:**

Город Йошкар-Ола является столицей Республики Марий-Эл, стоит на реке Кокшай. В царские времена назывался Царёвококшайск. За последние 5 лет в городе построены такие спортивные сооружения, как ледовый дворец, бассейн, игровые крытые залы, прекрасный стадион, на котором 6 дней в рамках летней Инва-Спартакиады и проходили соревнования по лёгкой атлетике.

образовательного учреждения стали традиционным не только для занятий лёгкой атлетикой, но и для достаточно высоких достижений в этом виде спорта на уровне края и России. Можно сказать, что за три года работы мы добились неплохих результатов: занимаются и выступают по крайней мере на краевом уровне порядка 10-ти человек. Примечательно ещё и то, что каждый ребёнок нашёл свою индивидуальную легкоатлетическую дисциплину, в которой добился успеха, а значит, с интересом—прежде всего в совершенствовании своих спортивных и личностных качеств—занимается избранным видом.

Мне как тренеру, безусловно, приятно, что дети занимают призовые места на краевых соревнованиях и выполняют разряды. На сегодняшний день в состав краевой сборной входят 5 человек: Быстрова Арина выполнила норматив КМС в спринте, 1-ый разряд имеет Жижаева Елена (бег 200,400м), Беликова Елизавета—1-ый разряд в толкании ядра. А начиналось всё с первой экскурсии знакомства с нашей спортивной школой и культивируемыми в ней видами спорта.



Лето начинается на спортплощадке! или «ЛОК с пользой—по-кикбоксёрски»!

Пока готовился этот номер, осень 2019-го уже полностью вступила в свои права, порадовав нас разноцветьем ещё не опавшей листвы, дождиками, ночными холодами и теплом бабьего лета...Этим она и прекрасна! А ещё тем, что осень каждого из нас (и ваша, дорогие читатели!) согрета солнечными летними воспоминаниями и неустанно кружит нас в вихре разноцветных сбывшихся желаний...

Ещё совсем недавно мы говорили о том, что три недели пришкольно-лагерной спортивной смены пронеслись-пролетели как один миг: это было время радости, открытий, долгожданной свободы от уроков...Время интересных отрядных и общешкольных мероприятий... Казалось бы, оно давно завершилось, но...Трудно не согласиться с У. Брайантом в его утверждении:

А потому самое время вспомнить о том, что этому предшествовало.

Итак, слово отделению кикбоксинга и нашим постоянным авторам—тренерам **ВИТАЛИЮ ТИМОФЕВУ** и **ЕВГЕНИЮ ЗАЙЦЕВУ**.

Надо сказать, что этот год стал рекордным по количеству желающих принять участие в

пришкольном лагере: постоянный состав отряда—32 кикбоксёра, но в отдельные дни количество желающих провести время с пользой доходило аж до 40 спортсменов!

За этот проведённый в лагере месяц спортсмены смогли не только повысить уровень общей физической подготовки (занятия проводились на открытом воздухе, в бассейне; ребята посещали сауну), но и принять активное участие в культурно-массовых и спортивно-массовых мероприятиях города и школы: посетили кинотеатр, участвовали в конкурсе рисунков на асфальте «Мы выбираем спорт!», в соревнованиях по спортивному ориентированию «Ореп-старт», квесте «Дорогой олимпийского огня», сдали нормативы Всероссийского физкультурно-

спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», чудесно провели время в парке, бороздя на лодках и катамаранах зеркальную гладь городской жемчужины...

Да и закрытие смены пришкольного спортивного лагеря в нашем отделении прошло нестандартно: в этот день юные спортсмены, некоторые из их родственников и, конечно, тренеры смогли окунуться в атмосфе-



ру...пиратской вечеринки!

В полном составе отряд вышел на берег озера, воспитанники участвовали в необычных конкурсах, играли в подвижные игры, купались, пожарили шашлыки, вспомнили про яркие моменты сезона и поставили новые задачи и цели на будущий спортивный сезон.



4-я смена в загородных оздоровительных лагерях уже традиционно проходит с участием спортсменов СШ № 1. Не только тренировались, но и активно отдыхали в "Горном" легкоатлеты, пулевик, в "Орбите" - все те же легкоатлеты, а также конькобежцы и лыжники, а во "Взлёте" - полиатлонисты с кикбоксёрами (правда, здесь эта смена - 3-я). А в общем, хроника лагерных будней постоянно рассказывала о том, что наши спортсмены не только спортивные, но и креативны! Так держать! Надеемся, что продолжение следует... Непременно счастливое!



**Лагерь «Орбита» 4 смена 2019 г.
Отделение конькобежного спорта ДЮСШ №1**



**Лагерь «Орбита» 4 смена 2019 г.
Отделение лыжные гонки ДЮСШ №1**



**Лагерь «Орбита» 4 смена 2019 г.
Отделение лёгкой атлетики ДЮСШ №1**

Выпуск подготовили:

Главный редактор—Латышева В.В.

Материалы предоставили: Латышева В. В., Тимофеев В.В., Зайцев Е.С., Парыгина А.А., Цукман Е.В., Бобко А.,
куратор—тренер Цукман Е.В.), Дельников В.И.,
Пешкова Е.В.

Фото— из материалов школьного архива, А.
П. Кудрявцева, авторов материалов, со стра-

ницы ДООЛ «Орбита» ВК.

Адрес для сообщений:

Vita-latysheva-violetta@mail.ru

Приглашаем всех желающих и заинтересованных к выпуску школьной молодёжной газеты «СТАРТ»! Давайте делать нашу газету вместе!