



СТАРТ

Школьная молодёжная газета

Выпуск № 4 (8); 28 декабря 2019г.

Печатный орган МБУ «СШ №1»

г. Железногорска Красноярского края

Издаётся с июля 2017 года



Не забудьте к Новому году
выбросить лишнее из своих шкафов,
из головы, из жизни.

Уже пора начинать.



СТАТУС НОМЕРА —
МОТИВИРУЮЩИЙ
и
ОРИЕНТИРУЮ-
ЩИЙ!





Дорогие наши читатели!

Как же долго мы ждали встречи с вами! Долго—несмотря на то, что мгновения пролетают, часы бегут, а дни проходят со зловещей скоростью по извечному закону природы...И вот он, долгожданный для нас момент выхода очередного номера «Старта» - предновогоднего, итогового в 2019-м году.

Как вы уже знаете, хозяйкой 2020-го станет белая металлическая Мышь-Крыса—кому кто, как говорится:))) Суть-то от этого не изменится: главное, что белая (символ чистоты в

нашем традиционном понимании) и что металлическая (мы надеемся, вы помните строчки «Из одного металла льют медаль за бой, медаль за труд»?).

Думаем, наш редакционный посыл понятен—в основном в связи с нашей основной деятельностью (всё же мы школа СПОРТИВНАЯ, и медалей наши воспитанники в прошедшем году завоевали немало, а это результат огромного их труда и труда тренеров) и в связи с последними околоспортивно-политическими событиями, касающимися нашей страны—хоть и не всегда очень радостными, но всеяющими надежду, что всё же победит чистота—спорта, труда, жизни, наконец...

Не случайно претендующая в 2020-м году на господство металлическая стихия свидетельствует о том, что будут приветствоваться прямые и однозначные деяния, станут цениться открытые действия, которые не имеют скрытого содержания. А это всё опять же про спорт, которому мы все вместе преданно служим—вот уже на протяжении 50-ти лет!

Именно поэтому за чистоту во всех смыслах выступает

Ваша Редакция.

И ...всех с наступающим мышьиным годом!

Немного мышководения:) - околоспортивного!



Мыши — удивительные хитрые и живучие существа, способные приспосабливаться к самым сложным условиям— от полупустынь до заснеженной тундры.

Интересно, что слово «мышь» образовано от древнего индоевропейского слова «муш», которое переводится как

«вор».

О символе наступающего 2020-го мы решили рассказать с помощью некоторых околоспортивных «мышьиных» цифр и фактов.

Итак...

- ♦ Тело у мышей обычно маленького размера: самая маленькая мышь 5 сантиметров (мышь малютка), самая большая — 48 сантиметров (южная тонкохвостая крыса). Длина тела мыши домашней — 6,5-9,5 сантиметров.
- ♦ Мыши не могут подолгу спать или бодрствовать — за сутки у них бывает до 15-20 периодов активности, которые длятся от 25 минут до полутора часов.
- ♦ Желтогорлая мышь—отличный древолаз: она может взбираться на деревья до 4 метров над землей. Также она может прыгать

до 1 метра в длину. И если сопоставить размер тела и длину прыжка, то мышь желтогорлая опережает даже серого кенгуру.

- ♦ В сутки мыши необходимо выпивать до 3 мл воды, в противном случае через пару недель она погибнет от обезвоживания.
- ♦ Во время бега мыши могут развивать скорость до 13 км/ч. Они также хорошо карабкаются по разным поверхностям, прыгают и плавают.
- ♦ Все мыши страдают дальзоркостью, но плохое зрение грызунов компенсируется прекрасным слухом — они способны улавливать звуки с частотой до 100 кГц (у человека верхний порог слышимости не превышает 20 кГц).
- ♦ Осенью мыши перебираются из лесов в теплые места с большим запасом пищи — на склады, овощебазы или в человеческие дома. При этом дальность таких миграций может достигать 3-5 км.





Дорогие читатели!

Мы продолжаем знакомить вас с героями сюжетов, снятыми учащимися нашей спортивной школы в рамках Всероссийского творческого конкурса «Слава созидателям!»

Напомним, что всего этих видеосюжетов—16-ть.

Так что будем продолжать переводить их в текстовый формат и представлять на страницах нашего «СТАРТА» - вашему вниманию—с надеждой на ваш читательский интерес к истории городского спорта и к личным историям людей, этот самый спорт созидавших.

Итак, в сегодняшнем номере нашей школьной молодёжной газеты—рассказ тренера отделения горнолыжного спорта СШ №1 **ВЯЧЕСЛАВА АЛЕКСАНДРОВИЧА ПАТЮКОВА (автор—**Вероника Грибенко**)**



В нашем городе я проживаю с самого рождения и по мере взросления всё отчётливее осознавал, как он становится всё красивее и лучше; мне казалось, что красиво у нас в городе буквально всё: улицы, дома, памятники...Даже чистота представлялась мне особенно красивой! А ещё приятно было наблюдать, как люди заботятся о городе—это уже будучи взрослым, проехав по городам Советского Союза,

покатавшись по соревнованиям, мог сравнить и убедиться, насколько красив и компактен наш замечательный город! Считаю, что места лучше него нет нигде.

После окончания школы я поехал поступать в Челябинский институт физической культуры—отучился, отслужил в армии и приехал снова сюда, в свой родной город. Конечно, до этого были мысли поехать работать в Магадан, потом в Саяногорск, но...Всё же решил остаться здесь и до сих пор вот работаю.



Наш вид спорта (горные лыжи—ред.) очень хороший: вполне можно реализовать свои амбиции, если нравится скорость. Понятно, что мне скорость нравилась, а ещё повороты...Плюс свежий воздух, сама атмосфера, располагающая к приятным занятиям физической культурой—на горных лыжах! И потом соревнования, старты захватывают,

лагеря спортивные летние горнолыжные, краевые команды, в которые входили лучшие спортсмены—горнолыжники—мы с них брали пример, учились у них...Всё это в комплексе, конечно, положительно влияло на восприятие горных лыж как вида спорта...Да и люди хорошие здесь работают, полностью отдают себя своему делу...Всё, что есть у них—всё отдают!

В своей работе главным считаю творческий подход: без него вряд ли можно что-то придумать. А поскольку работа тренера предполагает моделирование каких-то новых ситуаций—и тренировочных, и соревновательных—творческий момент как-то подстёгивает, даёт энергию и помогает в дальнейшей работе.

Практически все спортивные сооружения нашего города возрастные—первые из них были построены ещё в 50-х-60-х годах. Вот и горки для катания на горных лыжах появились в начале 60-х, и по сути до начала 90-х на нашей базе ничего не было; тем более, что и период для нашей страны наступил сложный: абсолютно всё было разрушено. Домик, что ещё в 70-х строили работники ГХК и НПОПМ, сгорел от короткого замыкания (проводка старая была!), а с ним и всё остальное, включая инвентарь...Подъёмники (в то время их роль выполняли лебёдки) были разворованы—украли металл весь, тросы...В общем, повторяюсь: период был сложный, беспредель обнулил нашу базу, которая и так не очень шикавала. И когда я начал работать, основная задача заключалась в том, чтобы всё возродить.

Как говорится, трудно сделать первый шаг, но он был сделан. Имя ему—вагончик. До его появления целый год мы переодевались в подвале профилактория ГХК—там нам на один сезон выделили место. И оттуда ребятам пешком, что называется, с полной выкладкой—в ботинках, с лыжами наперевес—шли до трассы «Турист» час с лишним. Потом полчаса покатались, стало темно (свет тоже не работал—разграбили, как и всё остальное!) - поехали до места, куда катили лыжи, в обратную сторону. И так каждый день—всю зиму!

Только после этого удалось выпросить средства в городской администрации и поставить вагончик, который дал возможность переодеться рядом с трассой, а значит, не тратить время на переходы, сохраняя его для тренировок. В тот период нам активно помогал Сергей Альбертович Симкачёв, руководитель городского Спорткомитета—это с его помощью и при его поддержке операция «Вагончик» состоялась! (продолжение на с. 4)

Статус-наставление—актуальный!

Праздник всегда
нужно носить с собой.

Эрнест Хемингуэй





Потом нам дали немного на инвентарь, и так потихоньку, шаг за шагом...К возрождению!

Следующим, кто нам помог, был мэр С. С. Воротников—у нас появились три вагон-бытовки, в

которые мы переехали. Правда, в них было холодно жутко; да ещё во всём мокром дверь откроешь—всё сразу холодным становится. В общем, условия были жёсткие, и период 90-х (где-то с 90-го по 98-й) отличался тем, что мы непонятно как выжидали и непонятно чем—по факту!—занимались: не было ничего, как сказали бы сегодня, от слова **СОВСЕМ**— денег на соревнования, на инвентарь, оборудование было изношено, не работало освещение... Тем не менее, работала секция, ребята занимались горными лыжами!

Надо сказать, родители тогда в жизни секции особого участия не принимали. Но ближе к 2000-ым, когда мэром города стал А. В. Катаргин, удалось найти понимание и в городской администрации, а также изменить вектор отношения к горнолыжному спорту в социуме в нужную сторону. Сначала нам обновили нашу старую базу—фактически на основе старой построили новую (маленький 2-хэтажный судейский домик). Но постепенно желающих заниматься горнолыжным спортом детей становилось всё больше, а места всё меньше...Да и любители подтянулись.

В ходе контактов с А. В. Катаргиным пришли к мнению, что надо поставить нормальный, соответствующий всем требованиям техники безопасности современный подъёмник. За ним я специально ездил на завод в г. Междуреченск, изучал особенности производства этого оборудования. Денег-то он стоил немало, поэтому в том, подойдёт он или нет по своим качественным характеристикам, нужно было убедиться лично. Съездил, увидел, что завод большой, люди на нём работают серьёзные,

качество подъёмника хорошее. Поэтому было принято решение заказать и проект подъёмника, и сам подъёмник для нашего города.

Когда составные элементы этого подъёмника прибыли к нам в Железногорск, мы вчетвером приступили к его сборке при помощи привезённой из Междуреченска лебёдки—включая подъём на гору 7-ми метровых опор и фрагментов фундамента. Причём, и с бульдозеристами, помогавшими вытаскивать части фундамента наверх (без крана!) и при помощи некоторых хитростей их установить, пришлось тоже договариваться самим: та фирма, которая должна была заниматься установкой фун-



дамента изначально, это дело бросила...

В общем, собрали мы наш подъёмник и запустили его в 2003-м году.

А потом появилась идея продолжить развитие горнолыжного комплекса: по доброй воле Андрея Васильевича Катаргина удалось завезти ратрак. Причём, снегоуплотнительная система была выбрана с таким расчётом, чтобы за наименьшие средства можно было получить максимальный эффект. В этом нам очень помогла фирма «Росинжиниринг» из Санкт-Петербурга—горнолыжники, закончившие спортивную карьеру, занимались этими вопросами. Именно они установили нашу систему. Ну, а потом всё это благополучно заработало; и опять всё монтировалось своими руками практически: никаких специальных организаций тогда не было, поэтому много сил и времени было вложено личных.

(Продолжение рассказа В.А.Патюкова—в следующем номере «Старта»)

Статус весёлый. И, как обычно, в тему!



Не пугаться!
уже скоро
все будет...
ПРОШЛОГОДНИМ!



"Открой себя" или «ПОБЕДИЛА ДРУЖБА»!

"Открой себя" - с почином в зале кикбоксинга с тренерами СШ №1!



В последний день октября в спортивном зале стадиона "Труд", где обычно каждый день оттачивают свое мастерство кикбоксёры из спортивной школы №1, 20-ть воспитанников подготовительной к школе группы МБДОУ №37

"Теремок" вместе со своими воспитателями и инструктором по физической культуре Е. В. Вигуль приступили к реализации долгосрочного педагогического проекта "ОТКРОЙ СЕБЯ", который предполагает знакомство с азами разных видов спорта, культивируемых в городе, и дальнейшее приобщение к занятиям одним из них. На инициативу «Теремка» откликнулись тренеры отделения кикбоксинга **ВИТАЛИЙ ВЛАДИМИРОВИЧ ТИМОФЕЕВ и **ЕВГЕНИЙ СЕРГЕЕВИЧ ЗАЙЦЕВ**, которые рассказали нам о мероприятии:**

Наше отделение кикбоксинга стало в этом плане первым не случайно - ведь культивируется этот вид спорта (и весьма успешно!) в школе под №1!))

А началось всё в этот день с краткого знакомства дошкольников с экспозицией, представленной в тренажёрно-выставочном зале: медали, грамоты, кубки, завоеванные спортсменами в разные годы, чемпионские пояса известного на весь мир Ильдара Габбасова... А потом все отправились в тренировочный зал, где и начались спортивные пробы под нашим чутким тренерским руководством. Причём, модель тренировочного дня кикбоксёра могли примерить на себя не только дети, но и сопровождавшие их взрослые!

Кроме разминки, у ребят появилась возможность надеть кикбоксёрские перчатки: упустить возможность как следует отбуксировать "Германа" нельзя было ни в коем случае! Как и проверить свои силы на недавно появившемся в отделении благодаря победе в конкурсе ГХК-ТОП-20 проекта "Малые рекорды Гиннеса" тренажёре для развития скорости реакции. В общем, восторгу юной (да и взрослой!) публики не было предела!

Надеемся, что благодаря инициативе "Теремка" будущие первоклассники придут в следующем году и в спортивные секции - например, в нашу секцию кикбоксинга!

И снова "Открой себя" - в отделении лёгкой атлетики!

Так уж получилось, что это проектное начинание продолжилось ещё в одном отделении нашей

школы: совсем немного времени прошло, и снова "ОТКРОЙ СЕБЯ" в СШ №1- на этот раз в отделении лёгкой атлетики!

Это значит, что наш совместный с ДОУ "Теремок" проект успешно продолжается: 07.11.2019г. подготовительную к школе группу этого детского сада принимало школьное отделение "королевы спорта".

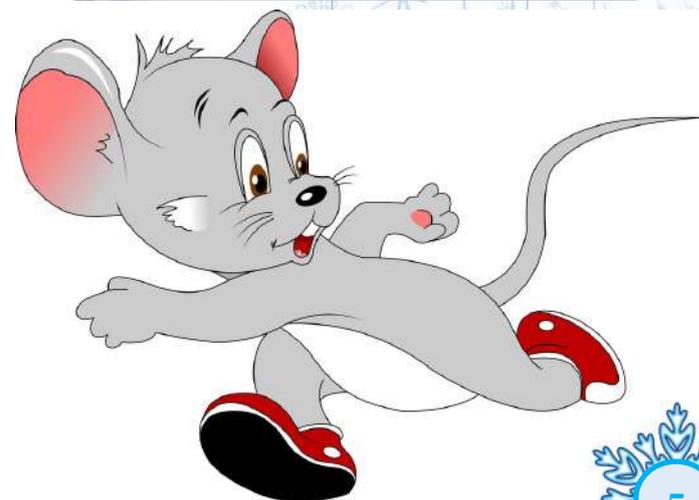
По традиции началось всё с ознакомительной экскурсии при участии школьного талисмана кота Дюши, а затем все дружной компанией переместились в прыжковый и беговой залы, где вначале спортсмены отделения лёгкой атлетики Смольков Владислав, Григорьев Евгений, Забелин Александр, Чижов Павел продемонстрировали прыжки в высоту, с шестом, в длину и барьерный бег (при этом комментировали все их действия тренеры Альбина Андреевна Парыгина и Светлана Владимировна Королёва). Ну, а потом, после разминки, проведённой инструктором по физической культуре Еленой Вигуль и Дюшей (в этот день им была инструктор-методист Наталья Викторовна Дюбина), начались весёлые эстафеты.

В итоге этого полезного во всех отношениях мероприятия победила ДРУЖБА - между командами ребят, между "Теремком" и СШ №1...В общем, ДРУЖБА СО СПОРТОМ И ЗДОРОВЬЕМ!

P.S.—от редакции:

Надеемся, что совместная работа СШ №1 и «Теремка» будет продолжена. И, как обычно, ждём новых инициатив - в том числе от других образовательных учреждений.

Очередной статус—мотивирующий! И в тему!



Праздник здоровья и «королевы спорта» - как часть работы



Наверняка многие из вас, дорогие наши читатели, хотя бы раз в жизни слышали или сами употребляли выражение «на работу как на праздник». А как насчёт того, что праздник— это постоянная часть нашей работы (имеется в виду работа в спортивной школе, подобной нашей)?

Причём, праздники у нас проводятся не только для

торов...

Особое впечатление на присутствующих произвели показательные выступления воспитанников отделения лёгкой атлетики СШ №1 - прыгунов с шестом Забелина Александра, Рябоконь Ксении, прыгуна в высоту Чурсина Данилы, толкателя ядра Ершова Ивана— и выпускницы нашей школы, чемпионки первых юношеских Олимпийских игр, неоднократного призёра и победителя Чемпионатов России барьеристки Екатерины Блескиной. И конечно, наш неподражаемый талисман - кот Дюша; без него не обходится ни одно школьное мероприятие!

А потом ребята и сами попробовали свои спортивные силы - приняли участие в весёлых эстафетных конкурсах.

В общем, знакомство у юных лицеистов из 102-ой с "королевой спорта" в стенах СШ №1 состоялось - благодаря инструкторам-методистам, тренерам, инструкторам по спорту, спортсменам и учителю физкультуры Лицея 102 Надежде Анатольевне Чуриной! А значит, состоялся праздник— тот, который всегда с нами, потому что это праздник здоровья и спорта.



СШ №1 будет рада принять в своих стенах на подобном (и не только!) мероприятии и другие образовательные учреждения!



своих воспитанников, но и по просьбе представителей городских учреждений образования— дошкольных, школ...

Вот и в начале октября 2019г. на одном из таких праздничных мероприятий собралось порядка 80-ти участников - третьеклассников из Лицея 102, их учителей, родителей, организа-

Статус –пожелание—своевременный!

ПУШИСТОЙ ВАМ ЗИМЫ
И ОСАДКОВ В ВИДЕ СЧАСТЬЯ!



Профессия—тренер: пополнение тренерского корпуса СШ №1

Наверное, никто не станет оспаривать утверждение о том, что спортивный тренер - одна из самых уважаемых профессий в мире. Попасть в неё несложно, если помнить известное выражение историка Василия Осиповича Ключевского:



«Чтобы быть хорошим преподавателем, нужно любить то, что преподаешь, и любить тех, кому преподаешь»

*Действительно, любой тренер - прежде всего педагог, независимо от того, сколько лет его подопечным - 40, 14 или, к примеру, 6. И если потребность учить и совершенствовать кого-либо воспринимается как призвание, то можно смело стремиться к тренерской деятельности. Ведь именно тренеры доказывают, что ничего невозможного в спортивном мире не существует, поскольку главное - это труд и сила воли, над совершенствованием которых они работают каждый день. В общем, вы уже поняли, наши дорогие читатели, что тренировать спортсменов - интересная и во многом даже творческая работа. И она вполне может стать любимым делом жизни. О своём пути в эту профессию рассказывает новый тренер отделения конькобежного спорта нашей школы **ШЕСТИЛОВСКИЙ ДМИТРИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ**.*



Родился я в с. Новоуспенка, что находится в Абанском районе Красноярского края. Лет в 5-ть увлёкся хоккеем—настолько, что задержался в нём достаточно надолго—во многом благодаря некоторым достигнутым успехам: не раз признавался лучшим игроком как на районном, так и на краевом уровне. Но в 14 лет я вдруг заинтересовался конькобежным спортом—ходил на тренировки самостоятельно

Статус констатирующий! И, как нам кажется, снова в тему!

ЗИМА ДЛЯ ТОГО И СОЗДАНА
В БЕЛЫХ ТОНАХ,
ЧТОБЫ НАЧИНАТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ
С БЕЛОГО ЛИСТА!

MIRPOZITIVA.RU



но, потом тренировался под руководством Вячеслава Митрофановича Антонова, моего первого тренера. В этом возрасте мне довелось не раз участвовать в различных районных соревнованиях, по итогам которых удавалось стать даже абсолютным чемпионом! А вот следующим этапом стали краевые соревнования—там тоже показал хороший результат, после чего получил предложение от Панкратова Анатолия Андреевича, тренера из г. Иланский, заниматься у него и, соответственно, в Иланский переехать.



Это моё решение поддержали родители. Потренировавшись с Анатолием Андреевичем, я выполнил 1 взрослый разряд, стал победителем и призёром чемпионатов и первенств Красноярского края, вошёл в состав краевой сборной. Закончив 9-й класс, поступил в Красноярский колледж олимпийского резерва и перешёл тренироваться к главному тренеру сборной края Виталию Васильевичу Демиденко, поскольку видел себя в спорте и в дальнейшем.

Во время обучения в колледже стал победителем и призёром первенства Сибирского федерального округа, 4-кратным серебряным призёром Кубков России и получил звание Мастера спорта России. Но так случилось, что в самом конце обучения получил травму—в спорте от этого никто не застрахован, к сожалению, поэтому из большого спорта пришлось уйти. Но вне его я себя по-прежнему не представлял: закончив колледж, поступил в Сибирский Федеральный Университет и принял предложение на должность тренера по конькобежному спорту в городе Железногорск, в СШ№1.

Я ещё с детства мечтал вести тренерскую деятельность, как мой первый тренер. Но, переехав в город Железногорск, я понимал, что могу столкнуться со сложностями в реализации идеи развития и популяризации моего любимого вида спорта. Но, когда я начал проводить набор в тренировочные группы, удивился обратной связи как детей так и их родителей—оказалось, что многие не знали о существовании такой секции в городе. Буквально за месяц удалось сформировать группы детей от 6 до 8 лет и от 9 лет и старше. Я очень рад, что в моей команде тренируются настоящие спортсмены с большими целями, с которыми мы выведем город на новый уровень в конькобежном спорте.





Великая ценность каждого человека – здоровье. И задача СШ №1 состоит не только в достижении её спортсменами олимпийских высот, но и в воспитании ребёнка сильным, крепким, здоровым.

Лучшая пропаганда здорового образа жизни – это занятия спортом. Именно спорт является главным источником силы и здоровья, развивает смелость, решительность, прививает чувство коллективизма, дисциплины, а главное—воспитывает волю к достижению цели.

С полным пониманием этих факторов тренерами отделения лёгкой атлетики 14.12.2019г. были организованы «Весёлые старты» для детей 2009г.р. и младше.

Об этом интересном начинании нам рассказал главный судья соревнований, тренер высшей квалификационной категории **ВИКТОР ИВАНОВИЧ ДЕЛЬНИКОВ.**

Наши соревнования вызвали неподдельный интерес—в них приняло участие порядка 90-та спортсменов, среди них и наши добрые соседи из г. Сосновоборска.

Перед началом соревнований тренер по лёгкой атлетике Альбина Андреевна Парыгина и её помощник, талисман нашей спортивной школы кот ДЮША (надо сказать, что без него не обходится ни одно школьное мероприятие!) провели с ребятами весёлую зарядку-разминку под зажигательную музыку.

Программа соревнований предусматривала веселые командные состязания, участники которых для достижения победы должны были проявить силу, ловкость, скорость, выносливость, а также смекалку и незаурядный командный дух!

С самого начала мальчишки и девчонки были настроены на упорную борьбу и показали её в полной мере в ходе прохождения всех эстафет «Весёлых стартов». Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали детей настолько, что они не замечали происходящего вокруг. Все старались изо всех сил прийти к финишу первыми. С обручами, мячами, барьерами, эстафетными палочками дети управлялись лихо! Скорость, быстрота, ловкость были их незаменимыми спутниками. Конечно, не обошлось без таких спортивных форс-мажорчиков, как слетевшие кеды и развязавшиеся шнурки, но эти мелочи нисколько не мешали участникам возвращаться в строй.

Ещё на «Весёлых стартах», как и на любых настоящих спортивных мероприятиях, присутствовали фанаты – самые преданные болельщики своих детей—родители, которые активно поддерживали любимую команду.

По окончании состязаний все участники получили сладкие призы и грамоты. Тренеры отделения нисколько не сомневаются, что из этих ребят вырастет достойная смена и впереди их ждут победы на самом высочайшем уровне. Ведь всё начинается именно с «весёлых стартов»!



Статус номера—и поздравительный, и мотивирующий—по нашей доброй традиции!



Блестящий снег, заботливый и нежный,
Укроет землю не в последний раз.
Пусть с Новым годом новые надежды,
Идеи, планы посещают Вас!

Выпуск подготовили:

Главный редактор—Латышева В.В.

Материалы предоставили: Латышева В. В., Тимофеев В.В., Зайцев Е.С., Дельников В.И., Патюков В.А., Грибенко В. (куратор—тренер Патюков В.А.), Пешкова Е.В., Шестиловский Д.А.

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

Иллюстрации-статусы—с просторов Сети Интернет

Адрес для сообщений:

Vita-latysheva-violetta@mail.ru

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