

НОВЫЙ ПРОЕКТ «СПОРТИВНЫЕ КЛАССЫ»

«Здоровым может считаться человек, который отличается гармоническим развитием и хорошо адаптирован к окружающей его физической и социальной среде.

Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, это жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека».

Г. Сигерист



С 2009-10 учебного года по инициативе СДЮСШОР «КИОКУШИНКАЙ» г. Перми на базе МОУ СОШ №32 открылись спортивные классы.

Спортивные классы – это приоритетное направление деятельности администраций двух школ.



В режим дня воспитанников спортивных классов кроме основных уроков (по программе «Перспектива») входят ежедневные тренировки по **«Обучающей программе для спортивных классов с элементами гимнастики и Киокушинкай каратэ»**. Организована работа групп продленного дня. До 18.00 ребята выполняют домашние задания, 2 раза в неделю занимаются японской живописью, музыкой, японским языком по комплексной программе **«Культура и искусство Японии и России»**, также у них проходят игровые тренировки на свежем воздухе (естественно, если позволяет погода) и тренировки по нунчаку.

Воспитанники спортивных классов принимают активное участие в жизни двух школ: участвуют в соревнованиях и спортивных праздниках, организуют и проводят мероприятия для малышей, демонстрируют показательные выступления на концертах и выставках, сдают зачеты по общефизической подготовке. Со второго класса ребята успешно полным составом сдают свой первый экзамен по Киокушинкай каратэ.



1 сентября 2011 года школа распахнула свои двери уже для четырех классов своих воспитанников: 1 «с», 2 «с», 3 «с» и 4 «с». И если еще в прошлом году в спортивные классы могли попасть все желающие дети и родители, то нынешним первоклашкам пришлось преодолеть один из первых в своей жизни экзамен, на котором оценивался уровень интеллектуального развития ребенка и физическая подготовка, хотя основным критерием отбора детей было здоровье. Оно же стало и основной заботой тренеров-преподавателей и учителей общеобразовательной школы.

В следующем году на базе МОУ СОШ №32 планируется открытие спортивно-образовательного Центра.



Спортивные классы периодически пополняют свои ряды воспитанниками СДЮСШОР «Киокушинкай».

ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ ПОСТУПИТЬ В СПОРТИВНЫЙ КЛАСС начальной

ШКОЛЫ:

- ☞ Группа здоровья I, II (без хронических заболеваний),
- ☞ Дисциплина,
- ☞ Хорошая координация,
- ☞ Успеваемость по предметам начальной школы,
- ☞ Наличие кю (желательно) для учеников 4-х классов – 9 кю, 3-х классов 10 кю, 1-2-х классов - без кю.

ШТАТ ПРОЕКТА «СПОРТИВНЫЕ КЛАССЫ»:

- ☞ Классные руководители – 4 человека (4 класс – Тетерина Юлия Германовна, 3 класс – Ковшенина Ольга Юрьевна, 2 класс – Калина Лариса Александровна, 1 класс – Андрюкова Ольга Юрьевна);
- ☞ Тренеры преподаватели – 6 человек (4 класс – Гостев Сергей Александрович, 3 класс – Фролов Андрей Александрович, 2 класс – Кабак Екатерина Павловна, 1 класс – Путина Кристина Александровна, тренер по гимнастике – Гарифуллин Ренат Элватович, тренер по нунчаку – Алымов Григорий Александрович);
- ☞ Преподаватели комплексной программы по культуре и искусству Японии и России – 2 человека (живопись – Микрюкова Фариза Матигулловна, японский язык – Момма Каори);
- ☞ Координатор проекта «Спортивные классы» – Карандашова Елена Юрьевна.

ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ

Одной из целей открытия спортивных классов является создание оптимальных условий, обеспечивающих формирование у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом и привитие навыков здорового образа жизни.

К традиционным обучающим задачам добавляются следующие:

- ☞ обучить технике гимнастики и основам сопутствующих видов спорта;
- ☞ обучить правилам поведения на тренировках и технике безопасности;
- ☞ обучить этикету и ритуалу Киокушинкай каратэ;
- ☞ обучить подвижным играм и приступить к обучению спортивным играм;
- ☞ обучить основам гигиенических знаний

К традиционным воспитывающим задачам добавляются:

- ☞ создать условия для этического и эстетического воспитания (этикет в каратэ, вежливость, опека и защита слабых, уважение к старшим, чистота и порядок в додзё, форма каратиста, красота движений в спорте);
- ☞ создать условия для воспитания морально-волевых качеств – дисциплинированности, трудолюбия, честности;
- ☞ приучить к соблюдению правил техники безопасности на тренировках и по дороге в спортивную школу и обратно;
- ☞ воспитывать бережное отношение к спортивной школе, инвентарю и оборудованию;
- ☞ создать условия для воспитания навыков личной гигиены;
- ☞ формировать у детей положительное отношение к людям, ведущим здоровый образ жизни, занимающихся физической культурой, спортом и каратэ.

К традиционным развивающим задачам добавляются:

- ☞ всесторонне развить двигательные способности и качества детей;
- ☞ развить и укрепить мускулатуру, опорно-двигательный аппарат и формировать правильную осанку;
- ☞ создать условия для расширения общего и спортивного кругозора;
- ☞ создать условия для развития интеллекта, сообразительности, быстроты мышления;
- ☞ готовить ребят к участию в соревнованиях.

Ставятся и оздоравливающие задачи:

- ☞ создать условия для повышения сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;

- ⌘ повысить функциональные возможности вегетативных органов;
- ⌘ приучить к соблюдению режима дня и гигиены;
- ⌘ приучить к рациональному режиму питания;
- ⌘ создать условия для отдыха в спортивно-оздоровительных лагерях.

СЛАГАЕМЫЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА:

⌘ Теоретическая подготовка

⌘ Физическая подготовка:

⌘ Общая физическая подготовка

⌘ Игры

⌘ Техническая подготовка:

⌘ Гимнастика

⌘ Акробатика

⌘ Легкая атлетика

⌘ Техника каратэ

ОБРАЗ ВЫПУСКНИКА начальной школы спортивных классов



- ☺ Здоровый
- ☺ Умеющий адаптироваться к окружающей физической и социальной среде
- ☺ Счастливый
- ☺ Успешно освоивший программу начальной школы
- ☺ Сдавший три аттестационных экзамена по киокушинкай каратэ
- ☺ Социально и физически активный ЧЕЛОВЕК

КРОСС НАЦИИ 2011"

29.09.2011

«Кросс нации-2011» стартовал в краевой столице 25 сентября в полдень в районе городской эспланады. В мероприятии приняли участие порядка 17 тысяч бегунов из Перми и Пермского края. В этом году «Кросс нации» в третий раз отмечался совместно с Всемирным Днем сердца. Оба праздника объединил 3-ий краевой культурно-спортивный фестиваль «В здоровье нации - сила государства!».

В программе «Кросс нации 2011» прошло 6 забегов - по две в каждой возрастной группе:

- девочки и мальчики 2002 г.р. и младше (дистанция 1000 м),
- девушки и юноши 1992 - 2001г.р. (дистанция 3000 м),
- мужчины и женщины 1991 г.р. и старше (дистанция 4000 м).

А также был организован VIP-забег, в котором приняли участие: члены Правительства Пермского края, представители Пермской городской администрации Перми, депутаты Пермской Городской Думы, известные пермские спортсмены.

Воспитанники и тренеры СДЮШОР «Киокушинкай» г. Перми вышли на забег в составе 200 человек. Многочисленным количеством отличились спортивные классы. По результатам забега **Тяло Радмила** и **Ладейщиков Роман** заняли 3 место в категории девочки и мальчики младше 2002 г. (дистанция 1000 м). Призеры забега были отмечены дипломом и подарками от организаторов фестиваля.

ОТКРЫТОЕ ПЕРВЕНСТВО ДЗЕРЖИНСКОГО РАЙОНА ПЕРМИ ПО КАТА

07.11.2011

6 ноября 2011 года в г. Перми прошло **ОТКРЫТОЕ ПЕРВЕНСТВО ДЗЕРЖИНСКОГО РАЙОНА ПЕРМИ ПО КАТА** среди мальчиков и девочек (8-9 лет).

В соревнованиях приняли участие 84 спортсмена из Краснокамска, Чусового и Перми.

КАТЕГОРИЯ 1

- 1 место - **ПЕРМЯКОВ Всеволод (Пермь)**
- 2 место - **ОБОЛЬСКИЙ Александр (Пермь)**
- 3 место - **ШИШЛОВ Роман (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 2

- 1 место - **НЕКРАСОВ Антон (Пермь)**
- 2 место - **КОПЕИН Глеб (Чусовой)**
- 3 место - **КОСТАРЕВ Егор (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 3

- 1 место - **ХУЗИНА Елизавета (Пермь)**
- 2 место - **АЛТУНИН Алексей (Пермь)**
- 3 место - **ПЕРМЯКОВ Всеволод (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 4

- 1 место - **НИКИФОРОВ Николай (Пермь)**
- 2 место - **ПОПЛЕВИН Федор (Пермь)**
- 3 место - **НАБОРЩИКОВ Максим (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 5

- 1 место - **КОСТЯЕВ Евгений (Пермь)**
- 2 место - **НЕЛЮБИН Вадим (Пермь)**
- 3 место - **САДВОКАСОВА Алина (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 6

- 1 место - **СОЛОГУБ Федор (Пермь)**
- 2 место - **ПРОКОПЕНКО Игорь (Пермь)**
- 3 место - **ОВСЯНКИН Игорь (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 7

- 1 место - **ТЯЛО Радмира (Пермь)**
- 2 место - **ТЯЛО Кристина (Пермь)**
- 3 место - **ВАВИЛИН Данил (Пермь)**

КАТЕГОРИЯ 8

1 место - ШИРЯЕВ Кирилл (Пермь)

2 место - ПОПОВ Михаил (Пермь)

3 место - ПОГУДИН Егор (Пермь)

ПОЗДРАВЛЯЕМ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ, А ТАКЖЕ ИХ ТРЕНЕРОВ И РОДИТЕЛЕЙ

В спортшколе «Киокушинкай» прошли «Веселые старты»

18.02.2012

В пермской специализированной детско-юношеской спортивной школе олимпийского резерва «Киокушинкай» прошли традиционные «Веселые старты» среди воспитанников этой спортшколы. Как рассказали в городском спорткомитете, в мероприятии приняли участие мальчики и девочки в возрасте 7-8 лет, занимающиеся в спортшколе «Киокушинкай».

В итоге, первое место после разных конкурсов заняла команда «Каратисты» в составе: Максим Берестнев, Филипп Вакула, Александр Григорович, Никита Залазаев, Максим Игошев, Наталья Исмагилова, Михаил Плошенко, Сергей Поливаев, Александр Усольцев, Павел Хомяков, Марк Штернберг, Михаил Ярушин. Тренеры-преподаватели победителей: Кристина Путина и Алексей Фролов.

На втором месте команда «Комета», на третьем месте - команда «Драконы». Победителем конкурса «Перетягивание каната» стала команда «Оскар» в составе: Мария Бидуле, Алексей Волнистов, Евгения Гилева, Александр Гончар, Марк Дробот, Артем Зыков, Андрей Костенко, Андрей Мухин, Арсений Плотников, Данил Полушкин, Данил Смирнягин, Федор Фестин, Александр Шуренков.