

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3» города Пикалёво

ноябрь-декабрь

2013год

# СТРИЖИ



Приложение к школьному журналу

«Мой мир»

# ИНФОРМАЦИЯ О ЖУРНАЛЕ

## Главный редактор:

**Арекаева Наталья Николаевна**, учитель изобразительного искусства, руководитель ВЦ «Творец».

## Идейный руководитель:

**Соловьева Елена Владимировна**, учитель физической культуры высшей квалификационной категории

## Редакционная коллегия:

Зайцева Алина  
Крепашева Алёна  
Савченко Софья  
Катков Павел  
Степанова Светлана  
Филиппова Валерия  
Шибина Виктория  
Софьина Екатерина  
Носова Анастасия

## Художник:

Никитин Владислав

## Адрес редакции:

187602, Россия, Ленинградская область,  
Бокситогорский район, город Пикалёво,  
5 микрорайон, дом 5, МБОУ «СОШ№3».

Электронная версия приложения на сайте:

<http://pikalsosh3.narod.ru>

Материалы, опубликованные в журнале, предоставлены учителями и учащимися нашего школьного государства «Счастливое время»



## СОДЕРЖАНИЕ

### + Наши достижения

- Районная спартакиада «Старты надежд» по лёгкой атлетике

### + Спорт и туризм

- Путешествие в окрестности станции Фетино

### + Здоровым быть здорово

- «Весёлые старты» 1 класс
- Мини футбол 3-4 классы

### + Физкультминутки и игры

- Физкультминутка
- Игры на переменах

### + Питание школьников

#### + В мире спорта

- История Олимпийских игр

#### + Обмен опытом

- Группа ЛФК плавательного бассейна «Дельфин»

### + Итоги соревнований

#### + Юный спортсмен

- Прокофьева Юлия 4 Б класс

#### + Фотогалерея

### + Пойте вместе с нами

Благодарим администрацию МБОУ «СОШ№3» в лице Гришкиной Л.И. за помощь в создании журнала.

## «Наши достижения»

**Лёгкая атлетика** — совокупность видов спорта, включающая бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробеги (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности). Один из основных и наиболее массовых видов спорта.

Легкоатлетические упражнения проводились с целью физической подготовки, а также для проведения состязаний ещё в глубокой древности. Но история лёгкой атлетики, как принято считать, началась с соревнований в беге на олимпийских играх Древней Греции (776 год до нашей эры).

Современная лёгкая атлетика начала свой путь с отдельных попыток в разных странах проводить соревнования в беге, прыжках и метаниях.

Позднее в программу соревнований стали включать бег на короткие дистанции, бег с препятствиями, метание тяжести, а в 1851 г. — прыжки в длину и высоту с разбега.

Широкое развитие современной лёгкой атлетики связано с возрождением олимпийских игр (1896 г.), в которых, отдавая дань древнегреческим олимпиадам, ей отвели наибольшее место. И сегодня Олимпийские игры — мощный стимул для развития лёгкой атлетики во всем мире.

Начало распространению лёгкой атлетики в России было положено в 1888 г., когда в Тярлево, близ Петербурга, был организован спортивный кружок. В том же году там было проведено первое в России соревнование по бегу. Впервые первенство России по лёгкой атлетике проходило в 1908 г. В нём приняли участие около 50 спортсменов.

В 1911 г. создаётся Всероссийский союз любителей лёгкой атлетики, объединивший около 20 спортивных лиг Петербурга, Москвы, Киева, Риги и других городов.

В 1912 г. российские легкоатлеты (47 человек) впервые участвовали в Олимпийских играх — в Стокгольме. Из-за слабой подготовленности спортсменов и плохой организации выступление русских легкоатлетов прошло неудачно — никто из них не занял призового места.

После Великой Октябрьской социалистической революции большую роль в развитии лёгкой атлетики сыграл Всеобуч. По его инициативе в ряде городов состоялись крупные соревнования, в программе которых главное место отводилось лёгкой атлетике.



**20 сентября 2013 года** в городе Бокситогорске прошли районные соревнования по лёгкой атлетике среди учащихся 3-4 классов в зачёт II районной спартакиады школьников «Старты надежд». В программу соревнований вошли следующие виды: метание теннисного мяча на дальность, бег 30 и 500 м. Сборная школы 3-4 классы достойно выступили во всех видах и заняли призовое II место.

**Молодцы ребята!**



Соловьева Е.В.,  
учитель физической  
культуры

## «Спорт и туризм»

Осенью 2012 года учащиеся 7-9 классов нашей школы, члены туристического и краеведческого кружков совершили небольшое путешествие в окрестности станции Фетино, с целью поиска и описания бывшей дворянской усадьбы, а также отработки туристических навыков.

За день до похода руководители провели подробный инструктаж по правилам поведения на различных видах транспорта и технике безопасности во время пешего похода.

Время выступления было достаточно ранним – в 7.25 – посадка на автобус до Новой Деревни, в 8.14 – на электропоезд, несмотря на это вся группа была на точке сбора у крыльца школы вовремя.



По прибытии на станцию Фетино, нам предстояло преодолеть порядка семи километров перелесками и полями, так как все были правильно экипированы и хорошо физически подготовлены, на преодоление расстояния ушло чуть более часа.



Первой задачей был осмотр бывшей дворянской усадьбы. К сожалению, от центрального здания остались только полуразрушенные стены и ободверины, от других зданий (амбаров, дворницкой, часовни) удалось обнаружить с помощью щупов только фундаменты. Заросла и пришла в негодность уникальная для Севера ирригационная система каналов и прудов – остался только один – пруд спуска.

Из туристических навыков ребята отработали технику пешего передвижения группой, разведение костра, ориентирование на местности, чтение карты, съемку местности.



Дальше обед, положенный после «трудов праведных» отдых, с рассказами и байками «бывалых» руководителей, и путь домой, который за свободным и легким общением показался слишком быстрым.



В семь вечера уже все были в своих квартирах, родители утоляли разгоревшийся аппетит своих чад и свой интерес о походе, а уже в понедельник ребята спрашивали: «Когда в следующий раз пойдем?»

Походы – это здоровье, общение, опыт и знания, и помните – один день в походе сближает людей лучше, чем месяц обычного общения.

Голубцов Н.Н.,  
руководитель кружка «Юный турист».



«Осенью 2012 года состоялся поход в деревню Фетино. Сначала мы ехали на электричке, потом пробирались через лес. Настроение у всей команды было воодушевлено предчувствием чего-то нового. Мои личные впечатления оставили неизгладимый след в душе. Особенно, своей красотой поражали осенние пейзажи. Я с удовольствием съездила и не пропускала ни одного последующего похода».

Доброхвалова Виктория,  
ученица 10б класса (ранее 9в).



«В том походе мне всё очень понравилось, правда показалось, что шли очень долго (когда шли туда, обратно, наоборот быстро), когда пробирались по болоту я даже промочил ногу, правда была взята смена, я переобулся, а потом мы все высушили. Понравилось разговаривать с учителями, оказалось, что они много знают и умеют, и со старшими ребятами. Вообще было здорово и прикольно».

Бойцов Егор,  
ученик 8а класса  
(ранее 7а).



# Здоровым быть - здорово!

## Внеклассное мероприятие в 1 классе «Веселые старты»

### Цели:

- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение детей к систематическим занятиям подвижными играми;
- выявление талантливых детей;
- пропаганда спорта, как альтернативы негативным привычкам.

Эстафеты: за правильно выполненную эстафету команда получает 1 жетончик.

1. Приветствие команд (название команды).

2. «Переправа» (по следам которые на полу надо пробежать, оббежать кубик и вернуться обратно, передать эстафету следующему).

3. «Кто быстрее» (с мячом за спиной добежать до ограничения и вернуться обратно, передать эстафету следующему).

4. «Ручеек».

5. «Сороконожка»

Почему сороконожку так назвали? Правильно у неё не 2 пары ног, а множество. Это такая красивая

гусеница, она может очень быстро передвигаться. Конкурс заключается в том, чей хвост и ноги придут первыми.

Надо присесть на корточки, взять за плечи впереди сидящего. Не отцепляясь, не вставая, пройти дистанцию всем вместе.

Чья сороконожка быстрее?

6. «Ромашка».

7. «Собери мячи» (в ведро надо собрать мячики из бумаги, второй игрок мячи выкладывает обратно на тарелки и так далее).

8. «Жучки» (передвигаемся на четвереньках).

Команда 1 а класса

Команда 1 б класса



19 ноября 2013 года

прошли школьные соревнования по мини-футболу среди параллели 3-их классов. Команда 3-а класса заняла первое место, 3-б второе место, 3-в третье место.



20 ноября 2013 года

прошли школьные соревнования по мини-футболу среди 4 классов. Первое место занял 4-б класс.



Поздравляем !!!



Учителя физической культуры  
Соловьева Е.В.,  
Грехов Г.Б.

# Физкультминутки и игры



**Физкультминутки** помогают снять эмоциональное и физическое напряжение, переключить внимание, с тем, чтобы после способствовать

лучшей концентрации на изучаемом предмете. Свежий воздух — то, что способствует усилению положительного эффекта от физкультминуток. Проводить их лучше всего в предварительно проветренном помещении, либо, если физкультминутка вплетена в канву урока, при открытом окне или форточке.

Ученики начальной школы очень любят физкультминутки. Им придется по душе и стихотворения и прибаутки, знакомые еще с детского сада. Оптимально, если каждый урок разбавлен таким подвижным перерывом. Причем, в зависимости от интенсивности и напряженности урока следует применять физкультминутки, посвященные работе с разными частями тела: руки, ноги, спина, шея, глаза.

Физкультминутка — перед началом первого урока.

«В школу мы с тобой пришли.»

*Дети маршируют на месте.*

«Всех друзей своих нашли»

*Руки на поясе. Наклоны слева-направо в ритм стиха.*

«Будем в школе мы читать»

*Наклоны головой вперед.*

«Будем в школе мы писать»

*Сжимание-разжимание пальцев на вытянутых руках.*

«И конечно, и конечно,  
будем много-много знать!»

*Дети совершают несколько «приседаний» за парту и вставаний из-за нее.*

Такое начало дня помогает детям сразу сконцентрировать внимание, облегчает переход от домашней обстановки к рабочей атмосфере класса, настраивает на учебный процесс.

Дальнейшие физкультминутки будут хороши после долгой письменной работы или долгого зрительного напряжения.

(см. в следующем номере)

## Подвижные игры на переменах.

Подвижные игры, проводимые во время переменок в школе, способствуют активному отдыху детей, снижают накопившееся на уроках утомление, повышают работоспособность к следующему уроку.



Дети, активно играющие на переменах, в четыре раза меньше отвлекаются на последующих уроках, чем их одноклассники, проводящие перемены в спокойном отдыхе. Такие подвижные игры очень хорошо влияют на эмоционально-психологическое состояние детей, развивают их ловкость и координацию движений. Они формируют командный дух, взаимовыручку и упорство. В подвижные игры на переменах можно играть и всем классом, и небольшими группами.

Младшим школьникам очень нравится игра «Мама, ниточку распутай»: с помощью считалки назначают ведущего игры — «маму». Остальные дети становятся в кружок, взявшись за руки. Ведущий отворачивается, а дети начинают «запутываться», не разжимая рук, переплетаясь друг с другом руками и ногами. После этого дети хором произносят: — Мама, ниточку распутай, только не порви. Задача ведущего — распутать детей обратно в кружок, стараясь не расцеплять их рук.

В игре «Жмурки» также считалкой выбирают ведущего, ему завязывают платком глаза и ставят посередине школьного коридора. Дети спрашивают: — На чем стоишь? Ведущий отвечает: — на мосту. Дети: — Что ешь? Ведущий: — Колбасу. Дети: — Что пьешь? Ведущий: — Квас. Дети: — Ищи мышей, а не нас. При этих словах дети разбегаются по коридору. Ведущий должен не только поймать какого-нибудь ребенка, но и угадать его имя.





Сентябрь - начало нового учебного года. Ваш ребенок – уже не вызывающий умиление потешный карапуз, а «взрослый» первоклассник, на плечи которого ложится непривычный груз ответственности. Теперь он должен научиться целую вечность - 45 минут - сидеть за партой, внимательно слушать учителя и получать хорошие оценки.

Не меньшую нагрузку ощущают и учащиеся средней школы. Выпуск из младшей школы, где вчерашние малыши были под заботливой опекой первого учителя, проблемы подросткового возраста – все это создает дополнительный стресс и мешает полноценному освоению учебного материала.

Что уж говорить о старшеклассниках с их колоссальными учебными нагрузками и подготовкой к вступительным экзаменам!

Чем же мы, родители, можем помочь своим детям в их нелегком труде познания окружающего мира? Прежде всего, мы должны обеспечить им оптимальный распорядок дня и здоровое полноценное питание.

### **Основные принципы здорового питания школьников.**

Питание школьника должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню школьника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Эти компоненты самостоятельно не синтезируются в организме, но необходимы для полноценного развития детского организма. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Питание школьника должно быть оптимальным. При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходом основных пищевых веществ.

## **Питание школьников**

### **Необходимые продукты для полноценного питания школьников.**

**Белки.** Самыми ценными для ребенка являются рыбный и молочный белок, который лучше всего усваивается детским организмом. На втором месте по качеству - мясной белок, на третьем – белок растительного происхождения.

Ежедневно школьник должен получать 75-90 г белка, из них 40-55 г животного происхождения.

В рационе ребенка школьного возраста обязательно должны присутствовать следующие продукты: молоко или кисломолочные напитки, творог, сыр, рыба, мясные продукты, яйца.

**Жиры.** Достаточное количество жиров также необходимо включать в суточный рацион школьника.

Необходимые жиры содержатся не только в привычных для нас «жирных» продуктах – масле, сметане, сале и т.д. Мясо, молоко и рыба – источники скрытых жиров. Животные жиры усваиваются хуже растительных и не содержат важные для организма жирные кислоты и жирорастворимые витамины.

Норма потребления жиров для школьников - 80-90 г в сутки, 30% суточного рациона.

Ежедневно ребенок школьного возраста должен получать: сливочное масло, растительное масло, сметану.

**Углеводы.** Углеводы необходимы для пополнения энергетических запасов организма. Наиболее полезны сложные углеводы, содержащие неперевариваемые пищевые волокна.

Суточная норма углеводов в рационе школьника - 300-400 г, из них на долю простых должно приходиться не более 100 г.

Необходимые продукты в меню школьника: хлеб, крупы, картофель, мед, сухофрукты, сахар.

**Витамины и минералы.** Продукты, содержащие основные необходимые витамины и минеральные вещества, обязательно должны присутствовать в рационе школьника для правильного функционирования и развития детского организма.

Директор школы  
Гришкина Л.И.



## В мире спорта

### История олимпийских игр в Древней Греции - появление новых зрелищных состязаний.

На первых 13 Играх состязались только в стадиодомосе — беге на дистанцию 1 стадий. В 724 г. до н. э. добавился двойной бег — диаулос (на дистанцию 384,54 м). Затем, в 720 г. до н. э., на 15-й Олимпиаде, появилось пятиборье, или, как его называли греки, пентатлон, состоявший из простого бега, прыжков в длину, метания диска и копья, борьбы. Ещё через семь Олимпиад, в 688 г. до н. э., программа обогатилась кулачным боем, спустя 12 лет — состязанием колесниц и, наконец, на 33-й Олимпиаде, в 648 г. до н. э., панкратионом, самым трудным и жестоким видом соревнований.

Выходя на кулачный бой, участники надевали на голову особый бронзовый колпак, а кулаки обматывали кожаными ремнями с металлическими шишками. Собираясь нанести удар, боец принимал меры предосторожности: защищал голову рукой; старался встать так, чтобы противника ослепляло солнце, а затем изо всех сил бил кулаком, фактически закованным в железо, по его рёбрам, лицу и туловищу. Схватка продолжалась до тех пор, пока кто-нибудь из двоих не признавал себя побеждённым. Обычно атлеты покидали поле боя обезображенными, искалеченными, истекающими кровью. Часто их выносили со стадиона полумёртвыми.

Панкратион соединял борьбу и кулачный бой. Запрещалось пускать в ход зубы и вывёртывать или ломать пальцы противника, надевать на руки металлические нарукавники. Зато допускались любые удары, захваты, пинки, болевые приёмы, можно было опрокидывать соперника на землю и сжимать ему горло.

Позже в программу Игр включили бег в вооружении; бег трубачей и герольдов; состязания в езде на колесницах, запряжённых мулами; соревнования для детей по борьбе, скачкам, пентатлон), а в 200 г. до н. э., на 145-й Олимпиаде, появился даже детский панкратион.

Накануне открытия Олимпиады зрители восхищались мраморными статуями победителей предыдущих Игр, располагавшимися между стадионом и рекой Алфей. Статуи изготавливали и устанавливали на средства городов, откуда были родом новые «полубоги»: первый олимпиец Корэб из Элиды; «сильнейший среди сильных» Милон из Кротона; Политес из Корины, самый быстрый атлет на 212-й Олимпиаде; Ласфен из Те-

### История Олимпийских игр



беи, бежавший 156 стадий, соревнуясь с лошастью; Никола из Акрии, которому на двух Олимпиадах принадлежало пять побед в беге, и многие другие славные атлеты.

Юношам показывали и статуи Зевса, возвышавшиеся возле холма Крона. Каждую из этих статуй заказывали и ставили на штрафы, налагаемые на тех участников Игр, кто жульничал, пытался подкупить противника или наносил ему увечья во время соревнований.

Олимпийские празднества начинались с восходом полной луны. Торжественная процессия направлялась к золотой статуе Зевса. Возглавляли процессию элладники в пурпурных облачениях, за ними шли атлеты и именитые граждане. В жертву Зевсу приносили двух огромных быков, а судьи и участники состязаний давали торжественную клятву быть достойными награждения лавровым венком и пальмовой ветвью. Вечером после жеребьёвки устраивался праздник искусств. Задолго до его окончания атлеты уходили спать — полуголодные, съев по куску сыра и выпив холодной воды.

Итак, великий день наступал. От 40 тыс. до 60 тыс. зрителей занимали места на насыпи вокруг стадиона. Трубы приветствовали приближающихся элладников и почётных гостей. Атлеты по очереди выходили на середину арены, чтобы представиться зрителям. Глашатай громко объявлял имя и родину каждого и трижды спрашивал: «Все ли вы, счастливые гости Олимпии, согласны, что этот атлет является свободным и достойным гражданином?». Затем начинались соревнования.

В первый день проходили состязания по всем видам бега, во второй — в пятиборье, а в третий — в борьбе, кулачном бое и панкратионе. Четвёртый день полностью отдавали в распоряжение детям. Дистанции бега для них были в два раза короче, чем для взрослых. На пятый день устраивались гонки на колесницах, запряжённых четвёркой лошадей, и скачки на лошадях по кругу.

История олимпийских игр в Древней Греции очень богата напряженными и зрелищными спортивными состязаниями.



<http://ru.wikipedia.org/>



## IV фестиваль для детей с ограниченными возможностями



Фестиваль состоялся 4 декабря в стенах Дворца Культуры г. Пикалёво.

Стихотворение «Ангел», посвященное всем детям с ограниченными возможностями.

Укрой меня крыльями Ангел мой вольный  
Укрой меня, если вдруг мне станет больно.

Укрой, если мамочки рядом не будет.

Укрой, если мир обо мне позабудет.

На крыльях своих унеси меня в небо

Я видел во сне, но я там еще не был

На крыльях своих унеси меня к Богу

Я видел во сне, и я знаю дорогу

Я знаю, там нету ни лжи ни обмана

Там нету лукавства, людского дурмана

Там нету ни боли, ни горестных слез

Но только не всех туда Ангел унес

Мой Ангел, придай моей мамочке силы

Чтоб утро с рассветом ей радость вносило

Чтоб мама молилась не болью душевной

Молилась любовью она совершенной

Я Ангела милого очень просил,

Чтоб он за тоску мою маму простил

За слезы простил, за отчаянья миг

За то, что в душе ее слышится крик

Улыбкой мамы Он мне отвечал

Как мама меня Он на крыльях качал

Мы вместе играли, смеялись, шутили

Мы в город Небесный с Ним вместе ходили

А маме моей как всегда невдомек:

" Кому ты сейчас улыбался сынок?"

Я с Ангелом мама опять говорил

Меня Он на крыльях сегодня носил.



## Обмен опытом

Основная цель фестиваля - создание условий для раскрытия способностей детей с ограниченными возможностями здоровья, их социальной реабилитации средствами физической культуры и искусства. Команды муниципального учреждения физкультурно-оздоровительный комплекс г. Пикалево подготовила 2 команды 1 команда «Дети мира» и 2 команда «Мы вместе».

С первых минут фестивальной программы все зрители погрузились в светлый мир сказки, где встречей правили Царь Горох и Царевна Лукерья, а участники радовали зрителей своими талантами, мастерством и задором. Всех представителей команд фестиваля отличало личное обаяние, творческая индивидуальность и стремление к успеху. Спортивный дух и соперничество особенно были заметны и ощутимы в проводимых соревнованиях, которые помогли командам сплотиться.



Организаторы мероприятия постарались устроить для ребят праздник и подарить радостные и трогательные моменты мира детства,

где царит непосредственность и доброта.

Участники фестивальной программы смогли раскрыть свои творческие способности в

декоративно – прикладном мастерстве, в спортивной сноровке, танцах и пении. Каждое творческое выступление давало возможность зрителям прикоснуться к очаровательному миру детства.

Полина Соловьёва школа №3 2 класс выразительно рассказала стихотворение «Воробей» и вместе с

Калюшинниковой Настей школа №3 5 класс исполнили песню «У моей России длинные косички».





Немного грустинки фестивальной программе было добавлено песенкой «Облака», исполненной Татьяной Дудиной школа №3 9 класс, и песней «Мамонтёнок», в исполнении Бычиной А. и Калюшинниковой Н. 5 класс школа №3.

Минуты теплоты и радости, подаренные ребятами Бычиной А., Калюшинниковой Н. школа №3 5 класс, Байжановым К., Румянцевым Н. школа №2 3класс из команды муниципального учреждения физкультурно-оздоровительный комплекс г. Пикалево,



жизнеутверждающей песенкой «Если с другом вышел в путь» надолго запомнятся всем присутствующим.



Двухчасовая программа пролетела мгновенно. И участники фестиваля с нетерпением ожидали объявления результатов. Каждая команда получила номинацию, отражающую ее «изюминку»: номинации «Самая музыкальная» команда «Мы вместе». «Спортивная» команда «Дети мира» получили команды муниципального учреждения физкультурно-оздоровительный комплекс г. Пикалево / руководитель Екатерина Александровна Иванова/.



В подготовке фестивальной программы очень важны забота и непосредственное участие руководителя, который является главным помощником и вдохновителем своих подопечных.



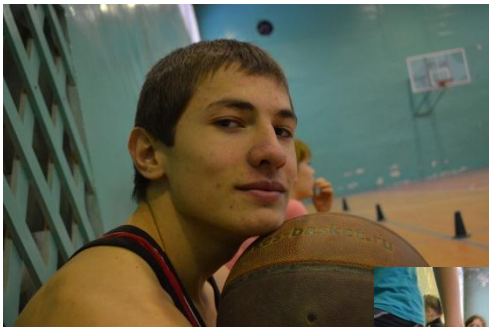
Своим опытом поделилась с нами Иванова Екатерина Александровна, инструктор ЛФК плавательного бассейна «Дельфин».



27 ноября 2013 года  
прошёл  
районный тур  
олимпиады по  
физической культуре  
в городе Бокситогорске.

В ней приняли участие 7 учащихся нашей школы. Среднюю ступень (7-8 классы) представляли: Ширяев Алексей-8б, Сахаров Алексей-8а, Новожилов Даниил-8а, Ерошенкова Екатерина-8а, Шипина Екатерина-8б. От старших школьников 9-11 классов участвовали: Венидиктова Юлия-9б, Егорова Анастасия-10а, Блинов Даниил-11а класс, Семёнов Александр-9бкласс.

Ученики участвовали в трёх видах программы: **баскетбол, гимнастика, теоретический раздел.** Семёнов Саша стал призёром олимпиады.



**Молодцы, ребята! Так держать!**

## Итоги соревнований

17 декабря в плавательном бассейне  
им. Х.А.Бадальянц прошел школьный  
«День Здоровья».

На дорожки вышли лучшие пловцы 3-11 классов. Места среди участников распределились следующим образом:

### Среди 3-4 классов

Данилов Александр-4а, Холопова Софья -4а –  
1 место

Катков Павел -3в, Филиппова Ульяна-4б –  
2 место

Кольцов Тимофей-4а, Калгатова Ксения-4а-  
3 место

### Среди 5-6 классов

Туманов Никита-6а, Рыжова Александра-6б –  
1 место

Почётный Егор-6а, Фёдорова Екатерина -5а-  
2 место

Жучков Дмитрий -6а, Веселова Александра-5а –  
3 место

### Среди 7-8 классов

Комаричев Сергей-8б, Исмагилова Карина-7а-  
1 место

Быстров Даниил-7б, Шипина Екатерина-8б –  
2 место

Герасимов Кирилл -8б, Лаптева Алёна-7а -  
3 место

### Среди 9-11 классов

Блинов Даниил -11а,Афанасьева Анастасия -11а-  
1 место

Семёнов Александр-11а, Стёпчихина Полина- 9в  
2 место

Токарев Сергей -10а, Ионова Екатерина 10а-  
3 место

**В эстафетном плавании 4\*50м:**

среди 5-6 классов

1 место - 6 а кл, 2 место-5а кл ,3 место-6б кл

Среди 7-8 классов

1 место-8б кл,2 место-7а кл,3 место-8а кл

Среди 9-11 классов соревновались только две команды:

1 место-11а кл, 2 место-10а кл



## СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК

### «Мы-олимпийцы»

В Греции в 776г. до н.э. установился обычай, по которому раз в четыре года в разгар междоусобных войн все откладывали оружие в сторону и отправлялись в Олимпию, чтобы восхищаться гармонично развитыми атлетами и славить богов. Олимпийские игры стали событием общенациональным, объединившим всю Грецию, в то время как до и после них Греция являла собой множество разрозненных, враждующих между собой государств.

Так и нашей школе не между жатвой и сбором винограда, а между сентябрём и июнем проходят различные спортивные соревнования, которые как и Олимпийские игры, призванные объединить Грецию, объединяют нашу школу среди учеников, учителей, родителей.

Древнегреческий бог Ифит и оракул Ликург поведали ребятам легенду о том, как возникли олимпийские игры, рассказали об основных символах олимпийских игр.

«Долгий путь преодолевает олимпийский огонь. Его зажигают греческие девушки у развалин древней Эллады. Много раз, переходя из рук в руки, мчался этот огонь через весь мир, чтобы достичь олимпийского стадиона. Священный огонь мира и дружбы прибыл и к нам на праздник».

За победу и призовые места на школьных, районных и областных соревнованиях лучшие спортсмены нашей школы были награждены грамотами, медалями в разных номинациях:

- победители и призёры районных соревнований по лёгкой атлетике среди 3-4 классов;
- победители и призёры районных и областных соревнований по лёгкой атлетике среди 9-х классов;
  - победители и призёры школьных соревнований по плаванию;
  - победители и призёры школьных соревнований по баскетболу среди 3-4 классов;



• Победители и призёры районных соревнований по баскетболу среди сборных команд;

• победители и призёры школьной олимпиады по физической культуре;



по футболу среди 6 классов;

• победители и призёры школьных соревнований по футболу среди 3-4 классов



цирковой студии «Радуга» и хореографический ансамбль «Надежда» под руководством своих педагогов.



На церемонии

чествования наших олимпийцев спортивные награды нашли лучших спортсменов школы. Мы чествовали тех, для кого спорт – и увлечение, и признание.

Спорт – это тяжелый труд. Дорога к славе трудна и терниста.

История каждого вида спорта хранит имена своих героев – спортсменов, устанавливающих рекорды, поражающие поражения и представления о возможностях человека.

В спорте, как в жизни, всё течёт, всё меняется. Одни чемпионы сменяют других, новые соревнования приходят на смену старым. Спорт – это не только рекорды, это, прежде всего, стартовая площадка в страну здоровья, бодрости и хорошего настроения.

Учителя физической культуры



В нашей школе очень много детей, которые занимаются физической культурой и спортом. В этом номере о своих спортивных достижениях рассказывает ученица 4 класса.

## Юный спортсмен



Меня зовут Прокофьева Юлия, я ученица 4-б класса МБОУ «СОШ №3» города Пикалёво. С 5 лет я занимаюсь в цирковой гимнастической студии «Радуга» под руководством Галины Павловны Горюновой.

Я люблю участвовать во всех соревнованиях, которые проходят у нас в городе Пикалёво и стараюсь победить!!!



За эти годы я многому научилась. Выступаю на различных мероприятиях и праздниках. В 2013 году стала лауреатом 1 степени.



В портфолио лежит уже много грамот и медалей, которые я заработала!!!



Ещё я участвую в соревнованиях по Street Workout – это выполнение различных элементов на турнике. Занимала призовые места на соревнованиях в городе Тихвине и в городе Гатчина.



Администрация и педагогический коллектив нашей школы гордится высокими достижениями своих учеников, радуется их успехам, верит в их будущие победы.



## Фотогалерея



*Пойте вместе нами*

### ЗВЕЗДОПАД

Музыка А. Н. Пахмутовой,  
слова Н. Н. Добронравова

С неба лиловые падают звёзды,  
Даже желанье придумать не просто:  
На небосклоне привычных квартир  
Пусть загорится звезда Альтаир.  
Припев: Звездопад, звездопад:  
Это к счастью, друзья говорят:  
Мы оставим на память в палатках  
Эту песню для новых орлят.  
Что пожелать вам, мальчишки, девчонки?  
Встретиться снова бы в нашем "Орлёнке!"  
Будет и солнце, и пенный прибой,  
Только не будет смены такой...

Припев.

Пусть перед нами дороги земные,  
Слышим мы дальних миров позывные.  
Юность и песню, и крылья дала  
Тем, кто поверил в созвездье Орла.

Припев.

Как бесконечные звёздные дали,  
Мы бы на яркость людей проверяли.  
Прав лишь горящий, презревший покой,  
К людям летящий яркой звездой...

Припев.

