



Травень 2017
№ 5

Газета учнівського самоврядування
Звенигородської загальноосвітньої
школи-інтернату I-II ст. – спортивного ліцею

СПОРТИВНИЙ ВІСНИК

CITIUS - ALTIUS - FORTIUS

Спартакіада школярів району



Закінчилась спартакіада школярів району. Набравши 219 очок в семи видах спорту, наша школа впевнено посіла перше місце. Це повторення минулорічного успіху. Слід відзначити, що за останні п'ять років наша школа чотири рази вигравала спартакіаду школярів району, і тільки в 2014-2015 н.р. ми посіли друге місце.

На другому місці Шевченківська школа-інтернат, яка набрала 205 очок. Третє місце посіла команда школи ім.Тараса Шевченка - 152 очка.

VIII обласні комплексні змагання серед інтернатних закладів

Вдало виступила наша школа в обласних комплексних змаганнях серед інтернатних закладів у цьому навчальному році. Друге місце в змаганнях з настільного тенісу, і перші місця в змаганнях з легкої атлетики, з міні-футболу серед юнаків та дівчат. У підсумку наша школа впевнено посіла перше загальнокомандне місце. На другому місці Смілянський інтернат. Третє місце у Монастирищенського інтернату.

До цього року було проведено сім комплексних змагань. Наша школа взяла участь в усіх комплексних змаганнях. Перші комплексні змагання були проведені ще в 2009-2010 навчальному році. Наша школа тоді посіла перше загальнокомандне місце. У наступному 2010-2011 навчальному році наша школа була другою. Найбільш невдалий для нас був 2011-2012 навчальний рік. Тільки четверте місце. Після цього п'ять років наша школа перемагала. Найбільш вдалий був 2014-2015 навчальний рік. У цьому році школа виграла всі види комплексних змагань і набрала максимально можливу кількість очок.



Міні-футбольні фінали у Черкасах

У середині травня у м. Черкасах відбулися фінальні змагання з міні-футболу у залік УІІ обласних комплексних змагань серед інтернатних закладів. Змагання проходили на штучних полях центрального стадіону. Порадували нас як команда дівчат, так і команда юнаків.



Першими на поле вийшли наші дівчата, які зустрілися з командою Смілянського інтернату. Наші футболістки досить упевнено розпочали гру і швидко свою ігрову перевагу реалізували в забиті голи. Три голи на кінець першого тайму. У другому таймі, не збавляючи обертів, наша команда забила ще два голи. У підсумку 5: 0 і перше місце.

За команду виступали Віка Ляпун, Софія Соловей, Христина Третяк, Даша Ополончик, Іра Свістільник та Оксана Віннічук.

Не відстали від дівчат і юнаки. Але їм прийшлося зіграти два матчі.

Першу гру наші юнаки зіграли з командою Смілянського

інтернату. Наші юнаки перші забивають гол, але суперники через деякий час зрівнюють. Та наша команда посилює гру і забиває ще три голи. Отже, перемога з рахунком 4 : 1.

Другу гру наші футболісти зіграли проти команди Золотоніського інтернату. Забивши чотири голи, наша команда перемогла. У підсумку перше місце.

За нашу команду виступали Андрій Березовий, Євгеній Мартиненко, Віталій Ховрах, Захар Крикун, Максим Вітренко, Ігор Совгіря та Сергій Сапон.





Олімпійські ігри школи

Традиційно в середині травня в нашій школі проходять шкільні олімпійські ігри. Протягом тижня учні школи змагаються з легкої атлетики, міні-футболу, настільного тенісу, шахів та шашок.

Настільний теніс /дівчата/

Першими на старт вийшли дівчата 8-11 класів, які змагалися з настільного тенісу.

Кращий результат показала Вікторія Ляпун / 10 клас /, яка обіграла всіх своїх суперників. Друге місце у Даші Ополончик. На третьому місці Софія Соловей /обидві 8 клас/.



Вікторія Ляпун

Міні-футбол /юнаки /

У старшій віковій групі в змаганнях взяли участь 5 команд, які змагалися по коловій системі. Протягом трьох днів на шкільному міні-футбольному майданчику тривали напружені поєдинки.



Краще всіх виступила команда «Аяк». Вигравши чотири матчі і один зігравши унічию, команда в складі Євгенія Мартиненка, Сергія Сапона, Віталія Грищенка, Павла Хміля, Ярослава Данильця та Гагіка Манісяна стала переможницею шкільних олімпійських ігор.

Напружена боротьба розгорнулася за друге місце. Команди «Ліквід» і «Вікторія» набрали однакову кількість очок. Але за додатковими показниками друге місце посіла команда «Ліквід». Срібними призерами шкільної олімпіади стали Богдан Лисогурський, Олександр Черноус, Антон Єлісєєв, Вадим Калита, Владислав Орлов та Павло Шпілька.

А третє місце у команди «Вікторія», яка виступала в складі Андрія Березового, братів Максима та Олексія Вітренків, Ярослава Недбайла, Максима Водвольського та Миколи Соколовського.





Міні-футбол /дівчата /



У змаганнях серед дівчат на старт вийшло три команди, які змагалися по коловій системі. Три практично рівні команди напружено боролися за перемогу. Перше місце посіла команда «Престиж», яка перемогла команду «Олімпік» з рахунком 2 : 1 та команду «Стар» 3: 0. За команду виступали Софія Соловей, Ірина Свістільник, Оксана Віннічук, Наташа Хилько та Яна Блогівісна.

Друге місце посіла команда «Стар», яка в матчі за друге місце перемогла «Олімпік» з рахунком 2 : 1.



Змагання з легкої атлетики

У четвертий день змагань «Шкільні олімпійські ігри» учні школи змагалися з легкої атлетики. Змагання проходили на легкоатлетичних секторах спортивної школи.



Учні 7-11 класів змагалися з бігу на 60 м, з бігу на 200 м та стрибках в довжину з розбігу.

З бігу на 60 м серед дівчат з результатом 8,2 сек. перемогла Даша Ополончик. Трішки їй прогнала Христіна Третяк. У неї 8,3 сек. Третє місце посіла Оксана Єлісеєва з результатом 9,5 сек.

У юнаків на цій дистанції за перше місце сперечалися брати Богдан та Антон Лисогурські. Переміг Богдан з результатом 7,6

сек. Друге місце в Антона. У нього 7,7 сек. На третьому місці Ігор Совгіря, 8,0.

У стрибках у довжину з розбігу не було рівних Христині Третяк. Вона перемогла з результатом 4м 41 см. Друге місце у Даші Ополончик. Оксана Віннічук на третьому місці.

У стрибках з розбігу серед юнаків з рекордом школи переміг 5 м 69 см переміг Антон Лисогурський. Друге місце у Володимира Смагла 5м 35 см. Третім був Ігор Совгіря 5м 29 см.

З бігу на 200 м другу перемогу на цих змаганнях здобула Даша Ополончик. Вона перемогла з результатом 29,0 сек. 29,3 сек. показала Христіна Третяк і посіла друге місце. Третє місце у Вероніки Верещаки. Її результат 33,4 сек.



У юнаків на цій дистанції другу свою перемогу на цих змаганнях здобув Богдан Лисогурський. З результатом 25,1 сек. він значно випередив своїх суперників. Друге місце з результатом 27,4сек. посів Олександр Чорноус. На третьому місці з результатом 27,6 Максим Вітренко.



Лисогурський Б



Лисогурський А.



Третяк Х.



Ополончик Д.

Змагання з шахів

Два дні десять кращих юнаків школи змагалися за шаховими дошками. Змагання проводилися за коловою системою. Кращі результати показали Гагик Манесян та Ярослав Пелипенко, які набрали по 8 очок. Але за додатковими показниками, перше місце у Гагіка, а у Ярослава друге. Третє місце посів Олександр Чорноус, який набрав 7,5 очок.



Міні-футбол /хлопці/

У молодшій віковій групі по коловій системі змагалися чотири команди. Добре виступила команда п'ятого класу, яка послідовно переграла усіх своїх суперників. Команда виступала в складі Дениса Олійника, Олександра Гегельського, Ярослава Пелипенка, Романа Шохіна, Шамея Ісакова, Ісмаїла Хусанбоева, Владислава Лисенка, Владислава Канигіна.

Друге місце посіла команда сьомого класу. Третє місце у збірної команди 3-4 класів.



Шкільні олімпійські ігри ще тривають. Заключні види та закриття відбудуться на початку червня.

Кращі спортсмени школи 2016-2017 навчального року

Протягом 2016-2017 навчального року в школі проводився конкурс «Кращий спортсмен школи». Було розроблено спеціальна таблиця для нарахування очок в змаганнях різного рівня.



Кращою спортсменкою школи стала Даша Ополончик, яка набрала 89 залікових очок. Друге місце посіла Христина Третяк – 85 очок. На третьому місці Антон Лисогурський – 78 очок.

Даша займається легкою атлетикою та міні-футболом. Вона входить у склад збірної району з легкої атлетики, де виступає на спринтерських дистанціях.

Протягом року Даша неодноразово перемагала в районних змаганнях з бігу 100 200 м.

На обласних змаганнях серед вихованців шкіл-інтернатів Даша перемогла на дистанції 60 та 200 м.

Добре виступала вона і в змаганнях з міні футболу. У складі збірної школи Даша є переможницею обласних змагань серед шкіл-інтернатів.

Антон Лисогурський став кращим серед юнаків. Він є неодноразовим переможцем районних та обласних змагань з легкої атлетики та футболу.

Особливо вдало виступає Антон в стрибках у довжину. У цьому навчальному році Антон установив рекорд школи, стрибнувши на 5 м 69 см. На обласних змаганнях серед вихованців шкіл-інтернатів він виграв змагання з стрибків у довжину та посів третє місце з бігу на 60 м.

Добре виступає Антон і в змаганнях з міні-футболу. У складі збірної команди школи він є переможцем обласних змагань серед шкіл-інтернатів.



Наркоманія

Наркоманія (від греч. *narke* – заціпеніння і *манія*) – хвороба, що характеризується непереборним потягом до наркотиків, що викликає в малих дозах ейфорію, у великих – оглушення, наркотичний сон. Систематичний вжиток наркотику, як правило, викликає по-



требу у збільшенні доз. При наркоманії вражаються внутрішні органи, виникають неврологічні і психічні розлади, розвивається соціальна деградація.

Іншими словами – це стан періодичної або хронічної інтоксикації натуральною або синтетичною наркотичною речовиною, що характеризується потягом до даної речовини, а також психічною і фізичною залежністю від ефекту дії цієї речовини.

Страшні факти про наркоманію

- *Життя наркоманів у цифрах. 21 рік – середня тривалість життя наркомана. 50% наркоманів гинуть після півроку регулярного прийому зілля. 13 % доживають до 30 років і тільки 1% до 40.*

- *Чим страшна наркоманія? Якщо хворий не буде лікуватися, то його організм швидко почне руйнуватися. Під дією наркотиків згорають нервові клітини, різко знижуються захисні реакції організму. Загальна деградація особистості починається в 20 раз швидше, ніж від алкоголю.*



Наркомани – потенційні злочинці. Будь-яким шляхом наркоман намагається отримати свою дозу наркотику. Час, енергія йдуть на те, щоб дістати сам препарат або гроші на його придбання.

Перед тим, як спробувати наркотик, варто задуматися: чи потрібний вам букет хвороб, що передається через голку? На що ви прирікаєте себе, свою сім'ю, своїх майбутніх дітей? Купа витрачених батьківських грошей на наркотики? Жаж, що ти від-

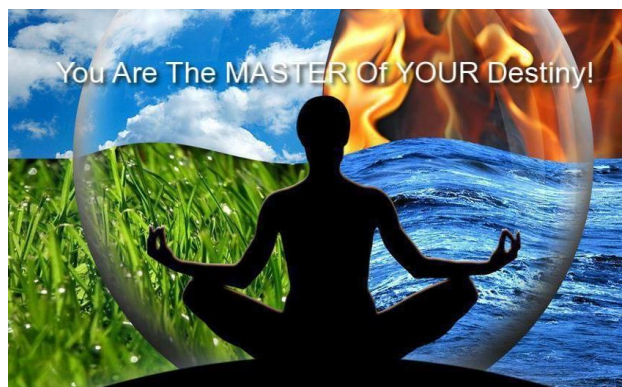
чуєш, коли смерть буде стояти поруч, безпорадно спостерігаючи за тим, як твій організм вмирає, а ти нічого не можеш зробити! Навіщо тобі сльози матері на твоїй могилі і скорбота батька? Навіщо себе прирікати? Навіщо...



СКАРБНИЧКА ЦІКАВОГО.

Цікаві короткі факти про здоров'я і організм людини в цифрах

- Сумарна довжина судин людини становить 100 тис км.
- 120 тис. курців помирає в Україні щорічно.
- В Україні на сьогодні курить близько 9 млн. працездатних громадян – це третя частина.
- Людина з нормальним зором бачить чітко предмети з 60 м.
- При порізі рану потрібно затискати 10 хвилин і якщо кровотеча не зупинилася, потрібно обов'язково звернутися до лікаря.
- При сміху спалюються 50 калорій за 10 хвилин і кровообіг в цей час зростає на 22 відсотки.
- Британські вчені стверджують, що заняття бігом, спортивною ходьбою, тенісом три рази в день продовжує життя на 12 років.
- Півгодини тренування з обтяженнями прискорює обмін речовинне тільки під час заняття, а ще й на 38 годин після.
- Для повного відновлення м'язів між інтенсивними тренуваннями необхідно 48 годин.
- Людське серце б'ється 3300000000 разів за життя і при цьому повністю оновлюється кожні 20 років.



Історія м'яча

Стародавні греки грали м'ячами зробленими зі шматочків шкіри і набитими пухом. Деякі народи Азії та Європи у давнину грали дерев'яними та вовняними м'ячами.

Індіанці Америки навчилися виготовляти м'ячі з каучуку ще 2500 років тому. Такі м'ячі в XVI столітті були привезені з відкритої Колумбом Америки в Європу разом з іншими досягненнями та винаходами давньої розумної цивілізації індіанців.

