



Жовтень 2017
№ 8

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

СПОРТИВНИЙ ВІСНИК

CITIUS - ALTIUS - FORTIUS



Спартакіада школярів району

В 2017-2018 навчальному році стартує 63 спартакіада школярів району. Серед загальноосвітніх шкіл I-III ступенів у змаганнях бере участь 18 команд. Програма спартакіади складається з таких видів: легка атлетика, легкоатлетичний крос, настільний теніс, шахи, шашки, міні-футбол /дівчата та юнаки/, волейбол /дівчата та юнаки/, баскетбол /юнаки та дівчата/.

Загальнокомандна першість у районній спартакіаді визначається за найбільшою сумою очок в семи видах: легка атлетика, легкоатлетичний крос, один ігровий вид за вибором /юнаки та дівчата окремо/, настільний теніс, шахи, шашки.

Починаються спартакіадні старты із змагань з легкої атлетики, легкоатлетичного кросу та міні-футболу серед дівчат та юнаків. У грудні відбудуться змагання з шахів та шашок. У лютому наступного року відбудуться змагання з настільного тенісу та баскетболу серед дівчат та юнаків. А закінчують спартакіаду змагання з волейболу серед дівчат та юнаків.

Легка атлетика в школі

Великою популярністю в нашій школі користується легка атлетика. У школі працює легкоатлетичний гурток, де учні можуть три рази на тиждень займатися легкоатлетичними видами спорту.

За минулий рік школа провела та взяла участь у дванадцяти змаганнях. Наші найкращі учні виступали на легкоатлетичних аренах міст Звенигородки, Черкас, Ватутине. Збірна школи у складі Христини Третяк, Дарини Ополончик, Антона Лисогурського та Гагіка Манесяна посіла перше місце в обласних комплексних змаганнях серед інтернатних закладів.

У шкільному конкурсі на кращого спортсмена перемогла легкоатлетка Дарина Ополончик.



Спартакіада школярів району з легкої атлетики

На початку жовтня на стадіоні спортивної школи відбулися змагання з легкої атлетики в залік спартакіади школярів району. У змаганнях взяли участь одинадцять загальноосвітніх шкіл I-III ступенів.

Успішно виступили учні нашої школи. Даша Ополончик перемогла в стрибках у довжину з результатом 4 м 51 см. З бігу на 100 м у неї друге місце – 14,0 сек.

Серед юнаків з бігу на 400 м друге місце носів Олександр Чорноус з результатом 1 хв.02,9 сек. А з бігу на 800 м кращим був Віталій Ховрах з результатом 2 хв.27,6 сек.

Успішно виступили на змаганнях брати Лисогурські. Антон, не дивлячись на травму, виграв змагання в штовханні ядра з результатом 10 м 55 см. Добре виступив і Богдан. Спочатку він виборов друге місце в стрибках у довжину з результатом 5 м 54 см, а потім друге місце з бігу на 200 м з результатом 26,5 сек.

З бігу на 200 м друге місце посіла Вероніка Верещака з результатом 33,1 сек. А Софія Соловей була другою на 800 м з результатом 3хв. 18,7 сек.

Два другі місця посіли наші естафетні команди. Команда дівчат в складі Вероніки Верещаки, Яни Лобанової, Софії Соловей та Даші Ополончик пробігла за 1 хв.3,1 сек. Команда юнаків в складі Богдана Лисогурського, Віталія Ховраха, Антона Лисогурського та Олександра Чорноуса пробігла за 53,2 сек.

За підсумками змагань перше загальнокомандне місце посіла школа ім. Тараса Шевченка. На другому місці команда нашої школи. Третє місце у команди школи №3.



Легкоатлетичні старты у м. Городище

Традиційно в жовтні місяці у м. Городищі проводяться Всеукраїнські змагання з легкої атлетики. Змагання проводяться у двадцять третій раз і присвячені вони пам'яті Миколі Едуардовичу Шевченку, першому директору Городищанської ДЮСШ., який дуже багато зробив для розвитку юнацького спорту.

Уперше у цих змаганнях взяла участь команда нашої школи. Ні прохолодна погода, ні сильний вітер не завадили учасникам показати високі результати. Добре виступили і члени нашої команди.

Краще всіх у нашій команді виступила Ополончик Даша. Виступаючи у старшій віковій групі, вона завоювала два перші місця. Спочатку Даша виграла біг на 100 м. При сильному зустрічному вітрі вона пробігла 100 м за 14,4 сек. Потім Даша виграла і 200 м з результатом 32,6 сек.

Слід відзначити, що ще два учня нашої школи, які виступали у старшій віковій групі вибороли призові місця. Спочатку відзначився Олексій Вітренко. На дистанції 1500 м він посів друге місце з особистим рекордом 5 хв. 13,6 сек. А у стрибках в довжину з розбігу Богдан Лисогурський був третім з результатом 5 м 38 см.

У меншій віковій групі Антон Дроботущенко біг 600 м. Він посів друге місце.



Дарина Ополончик



Антон Дроботущенко



Богдан Лисогурський



Олексій Вітренко

Крос «Золота осінь»

На початку жовтня відбувся легкоатлетичний крос «Золота осінь» на призи Звенигородської районної ради. Змагання проходили в дендрологічному парку.

Добре підготовлена траса, погожий осінній день, святковий настрій – все це зробило забіги цікавим та захоплюючим видовищем.

Змагання проходили на класичних кросових дистанціях серед учнів 8-9 класів та 10-11 класів.

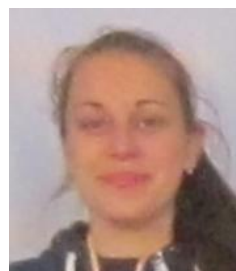
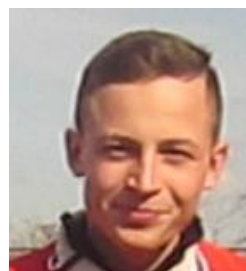
Успішно виступили наші дівчата. Першими на старт вийшли наймолодші, які змагалися з бігу на 500 м. Третє місце посіла Даша Ополончик. З бігу на 1000 м запекла



Даша Ополончик

Софія Соловей

Гагик Манесян



Ані Манесян

Захар Крикун

Вікторія Ляпун

Вероніка Верещака

боротьба розгорнулася між нашими дівчатами Софією Соловей та Анні Манесян. Вперта боротьба – і на фініші і перемагає Ані. У Софії друге місце.

Серед дівчат старшої вікової групи на дистанції 500 м третє місце посіла Вероніка Верещака. Також третє місце на дистанції 1000 м у нашої Вікторії Ляпун.

Добре виступили і наші хлопці, хоч у них і менше призових місць. На дистанції 1000 м серед юнаків 8-9 класів третім був Гагик Манесян.

Добре виступив на дистанції 1500 м серед хлопців 8-9 класів Антон Дроботушенко. Він посів четверте місце. Слід відмітити, що Антон навчається тільки в сьомому класі

У старшій віковій групі на дистанції 1000 м третій результат показав Захар Крикун. На дистанції 2000 м тільки травма завадила вийти в число призерів Олексію Вітренко.

У особистому заліку переможці і призери нагороджені грамотами і медалями.

Загалом учні нашої школи завоювали сім призових місць. У минулому році було тільки два призових місця. Це значний крок уперед.

У загальнокомандному заліку, набравши 85,5 залікових очок, перше місце посіла команда нашої школи. Вона нагороджена кубком і почесним дипломом.

Турнір з міні-футболу з нагоди дня захисника Вітчизни

З нагоди дня захисника Вітчизни на штучному полі нашої школи відбувся турнір з міні-футболу серед юнацьких команд району.

Перше місце посіли наші футболісти. Вони спочатку зіграли внічию з рижанівськими футболістами 4 : 4, потім перемогли команду школи ім. Тараса Шевченка 11 : 3 та команду Звенигородського училища 4 : 2. Отже сім очок.

Друге місце у команди училища. У них дві перемоги і одна поразка. В сумі шість очок.

Трійку призерів замикають рижанівські футболісти, які набрали чотири очки. У них одна перемога, одна нічия і одна поразка.



Спартакіада школярів району з міні-футболу

Відбулися зональні змагання з міні-футболу серед юнаків в залік районної спартакіади школярів. Змагання проходили на штучному полі нашої школи. На старт вийшли команди нашого ліцею, школи № 1, Княжицької та Стецівської шкіл.

Перше місце посіли наші спортсменки, які переграли всіх суперників. Друге місце посіла команда Стецівської школи. Третє місце у команди школи № 1. Княжицька школа на четвертому місці.

У фінальну частину змагань вийшли команди нашої школи та Стецівської школи.

Через два дні відбулися фінальні змагання, які також проводилися на спортивній базі нашої школи, в яких взяли участь команда школи № 3, команди Рижанівської та Стецівської шкіл і команда нашого ліцею.

Послідовно перегравши команду Стецівської школи з рахунком 6 : 4, команду школи № 3 з рахунком 1 : 0 та команду Рижанівської школи з рахунком 9 : 1, наші футболісти посіли перше місце. Друге місце у команди школи № 3. Третє місце у команди Рижанівської школи. Стецівські футболісти на четвертому місці.

У складі нашої команди виступали Олексій Вітренко, Захар Крикун, Віталій Ховрах, брати Богдан та Антон Лисогурські, Антон Єлісєєв, Олександр Чорноус та Олександр Сірий.



Настільний теніс

У другій половині жовтня на спортивній базі нашої школи відбулося цілий ряд змагань з настільного тенісу. Першими вийшли на старт дівчата нашої школи.



Перше місце посіла Вікторія Ляпун з одинадцятого класу, яка впевнено переграла своїх суперниць. Друге у місце посіла Софія Соловей з дев'ятого класу. Третє місце у її однокласниці Дарини Ополончик.

У юнаків переміг Олексій Вітренко з десятого класу. Друге місце посів Віталій Ховрах. Третє місце у Олександра Чорноуса /обидва одинадцятий клас/.

У місті Умані проводяться обласні змагання серед школярів. З метою підготовки, були проведені відбіркові змагання серед кращих школярів району.

Серед дівчат успішно виступили стебнянські дівчата. Перше місце посіла Наташа Баліцька. Друге місце у її подруги по команді Карини Капелюшної. Третє місце поділили наша Вікторія Ляпун і Дарина Кваченко з Вільховецької школи.

Серед юнаків кращим виявився Іван Завальнюк (школа № 1). Друге місце посів Петро Колісник з Чижівської школи. Третє місце виборов наш Олексій Вітренко.

Свято шахів



В останній день жовтня під час осінніх канікул в спортивному комплексі школі відбулися змагання «Свято шахів». За шахівниці сіли кращі шахісти і шахістки школи і запрошений учень школи ім.Тараса Шевченка Павло Могильний. У змаганнях взяло участь 8 юнаків і 2 дівчини, які змагалися за коловою системою.

До останнього туру було не ясно, хто переможе. Протягом турніру лідирували Павло Могильний і Ярослав Пелипенко. Але потужний фініш Гагіка Манесяна, який після поразки у першому турі, виграв усі партії, розподілив місця на п'єдесталі пошани. Набравши 8,5 очок, перше місце посів Павло Могильний. Півочка програв йому і посів друге місце Гагік Манісян. Третє місце в Ярослава Пелипенка -7,5 очок.

Успішно виступила Оксана Віннічук, яка не розгубилася у компанії хлопців і посіла четверте місце.

Наймолодшим учасником змагань був Женя Ткаченко, учень третього класу, який посів сьоме місце.



Здоровий спосіб життя — простий шлях до довголіття

Здоровий спосіб життя допоможе позбутися поганих звичок, знайти гармонію в житті, продовжити молодість і попередити захворювання.

Згідно з ВООЗ, існує чотири основні чинники, які більшою чи меншою мірою визначають стан здоров'я: спосіб та умови життя (50–55%), екологічна обстановка навколишнього середовища (20–25%), спадковість (15–20%) і рівень медичного обслуговування (7–15%).

Спосіб життя має найбільший вплив на стан нашого здоров'я. Про те ж говорить статистика основних причин смертності в світі: вирішальний фактор у розвитку тієї чи іншої хвороби припадає на спосіб життя людини. Здоровий спосіб життя закладає фундамент гарного самопочуття, зміцнює захисні сили організму та розкриває його потенційні можливості.



«Здоров'я — не все, але все без здоров'я — ніщо», — сказав свого часу Сократ. І це, безумовно, так. Перехід до здорового способу життя — це шлях до внутрішньої гармонії. І цей перехід не повинен бути різким. Поступово змінюючи себе, свої звички і уклад життя, ви зможете без зусиль досягти бажаного.





СКАРБНИЧКА ЦІКАВОГО.

Відродження сучасних олімпійських ігор.

Олімпійські ігри Стародавньої Греції лишили яскравий слід у світовій культурі. Тому цілком природно, що у різні часи робилися спроби їх відродження. Видатні державні та культурні діячі світу, починаючи з XV століття н.е., говорили про необхідність відродження Олімпійських ігор. Проте всі ці спроби виявились безрезультативними.

І тільки видатному французькому просвітителю XIX століття барону П'єру де Кубертену вдалося реалізувати ідею відродження Олімпійських ігор.

Компанію по відродженню Олімпійських ігор П'єр де Кубертен розпочав у 1887 році, зумівши залучити до неї багатьох видатних людей того часу. У червні 1894 року Кубертен скликав у Парижі Міжнародний конгрес для відродження Олімпійських ігор. Делегати конгресу одногласно ухвалили провести такі Ігри в Афінах /Греція/ у 1896 році. Було створено Міжнародний олімпійський комітет.

Ігри отримали підтримку уряду Греції, який профінансував будівництво олімпійського стадіону в Афінах на руїнах античного фундаменту. 6 квітня 1896 року король Греції у присутності 70 тисяч глядачів оголосив Ігри I Олімпіади відкритими. 245 атлетів із 14 країн світу змагалися з 9 видів спорту.

