

112 новостей

Март , 2017

Что такое ГТО ? Обновленная расшифровка ГТО звучит как: «Горжусь тобой, Отечество!»

. В 1930 году «Комсомольская правда» обратилась к народам СССР с призывом быть здоровыми, сильными и спортивными. В обращении впервые говорилось о всесоюзных состязаниях на право получения значка ГТО («Готов к труду и обороне»). Спустя год комплекс ГТО был сформирован и введен официально. Спустя два года появился ГТО-2, который первыми сдали слушатели Военной академии им. Фрунзе. На старты по сдаче ГТО выходили известные ученые, спортсмены, герои труда и подавали пример молодежи. В 1934 г. для школьников разработали нормативы БГТО — «Будь готов к труду и обороне». Это стала базовой ступенью комплекса. Помимо чисто спортивных зачетов учащиеся должны были иметь знания по оказанию первой помощи, уметь проводить занятия по физкультуре и судить определенные виды спорта. Нормы ГТО удостоились даже поэмы. В 37-м году Самуил Маршак написал «Рассказ о неизвестном герое». Того самого, которого «ищут пожарные, ищет милиция, ищут фотографии». На маяке парня, спасшего из огня ребенка, как раз был значок ГТО. ГТО 30-х годов просуществовал более 40 лет, но в 1972 г. было принято постановление «О введении нового Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне СССР (ГТО)». Поскольку доля ручного физического труда в жизни советских граждан серьезно уменьшилась, а естественная физическая нагрузка снизилась (население перебралось из деревень в города, было занято умственной работой), то нужно было подгонять спортивные нормативы под новые реалии. II ступень - предназначалась для подростков 14–15 лет. Помимо спортивных дисциплин можно было сдать норматив на туристические навыки, отправившись в поход. III ступень - сдавали учащиеся последних классов. От мальчиков требовалось выполнить нормативы, необходимые для службы в армии. IV ступень называлась «Физическое совершенство». Возрастные рамки: 19–39 лет у мужчин (подкатегории 19–28 и 29–39) и 19–34 лет женщин (подкатегории 19–28 и 29–34). V ступень, «Бодрость и здоровье», сдавали мужчины от 40 лет и женщины от 35 лет. Главной задачей этой категории было сохранить крепкое здоровье. Серебряных значков здесь не было, только золотые. С 77-го года во все ступени добавили спортивное ориентирование. Вместо 4-х ступеней в новом ГТО появилось шесть. Охватывали они людей от 7 до 60 лет. Позже, в 1979 г., для школьников 1–3 классов ввели начальную стадию подготовки, куда входили знания по начальной военной подготовке (НВП), гражданской обороне страны и гигиене. Значки присуждались золотые и серебряные. У четвертой ступени дополнительно существовал золотой значок с отличием. В целом комплекс был направлен на развитие силы, ловкости, смелости и упорства. На I ступени для мальчиков и девочек 10–13 лет тренеры искали будущих звезд спорта. Часто для сдачи нормативов ГТО устраивались спартакиады по многоборью для юношей призывного и допризывного возраста. С 1974 года организовывались чемпионаты СССР по ГТО. Главным информационным спонсором этих мероприятий (как сказали бы сейчас) выступала газета «Комсомольская правда». Разрядные нормы и требования по многоборью «Готов к труду и обороне» входили в Единую всесоюзную спортивную классификацию. С 2014 года в России утвержден новый комплекс ГТО. Также утвержден новый дизайн значков ГТО. Правда, теперь аббревиатура расшифровывается, как «Горжусь тобой, Отечество». Значков стало три (бронза, серебро, золото), а не сдавшие норматив получают отличительный знак «Участник».

Для чего сдаём мы нормы ГТО:

Чтоб здоровье укреплять,
Патриотами чтоб стать. Нужно ведь спортивным быть,
Чтоб Россию защитить!

Чтоб спортсменов стало много,
Чтобы жили люди долго,
Чтобы знал и стар, и млад,
Что здоровье — это клад!
И посмотрим - кто кого!
Все на сдачу ГТО!

Силахина А,76

Туризм – это круто!

Сегодня мы расскажем вам о нашем совместном увлечении. Это -туризм
Скалолазание-это очень интересный и экстремальный вид спорта, так как мы забираемся на разные возвышенности, телевышки, скалы (даже несмотря на то, что мы девочки). От этого мы получаем невероятные ощущения, и положительные эмоции, . Но бывает и так , что на соревнованиях или тренировках что-то не получается. Например, мы можем устать на ходу, так как это достаточно тяжело, натереть мозоли на руках от страховочных веревок и карабинов, но мы никогда не сдаемся, мы лезем вверх и достигаем всего, чего добиваемся!

В туризме нужно уметь завязать разные узлы, и знать много чего важного, так как это нужно для страховки, для того что бы не упасть с большой высоты, когда лезешь вверх. Нужно иметь хорошую спортивную подготовку, перед тем как поехать на какие-либо соревнования, а они проходят достаточно часто. Летом - это спортивное ориентирование. Оно проходит очень часто, и чаще всего в лесу, либо на улицах города. В спорт. ориентировании важны быстрый бег, умение ориентироваться и не заблудиться. Зимой соревнования проходят в основном на лыжах. В соревнованиях можно участвовать в личной дистанции -это когда

ты проходишь соревнования один.2)Связкой -это прохождение дистанции двух человек.3) Группа-прохождение дистанции с группой 4 человека
Зимой мы ездим на 3-4-х дневные Республиканские чемпионаты .Которые проходят не в Казани.

Туризм-это очень интересный и многогранный вид спорта, в котором важно много тренироваться и многого добиваться

Занимайтесь спортом! Это гораздо лучше, чем интернет и вредные привычки.

Живите здоровым образом жизни!

Союшева С,
Искандирова Л,7а

Здоровый образ жизни - наш выбор !

Вот уже много веков спорт стал синонимом к слову «здоровье». И это - истина. Занимаясь спортом можно добиться отличных успехов и хорошего самочувствия. Мы всем нашим классом решили, что забота о здоровье должна быть одной из важнейших задач каждого из нас. Ведь без крепкого здоровья невозможно выдержать школьную нагрузку, помочь по дому. Так что в жизни нашего 5 «Б» класса спорт занимает очень важное место!

Эта маленькая жизнь, называемая детством, протекает, как бурная горная речка, встречая на своем пути необычные подводные камни. Чего только не

видит и не переносит эта речка, стремясь вперед к руслу, чтобы впасть в большую полноводную реку, называемую взрослой жизнью. От того, какой будет эта маленькая жизнь, во многом зависит будущая взрослая жизнь. Именно поэтому, мы не теряем времени даром. Наша жизнь наполнена спортом.

Наш 5 «Б» класс всегда за здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни помогает нам успешно реализовывать наши планы, справляться с трудностями. Мы понимаем, что крепкое здоровье позволит нам хорошо учиться, быть успешными в любом деле. По-

этому в нашем классе много ребят, занимающихся спортом. Мы также много путешествуем, посещаем музеи, разные производственные предприятия, где знакомимся с разными профессиями. И в результате такой активной жизни мы пришли к выводу: чтобы стать успешным человеком, добиться высоких результатов, повидать весь мир, надо вести здоровый образ жизни.

**Мы - за здоровье,
Мы - за счастье,
Мы — против
Боли и несчастья!
За трезвый разум,
За ясность мысли,
За детство,
Юность, за радость
Жизни!**

Продлить век несложно. Вот чем заняться можно.

Мы активно занимаемся спортом!

Ученица 5 "А" класса Приказчикова Карина заняла второе место в составе команды "Казаночка-дети" на республиканском турнире по баскетболу среди девочек 2004-2005 г.р., состоявшемся 23-24.02.2017 г.

Мы участвуем в мероприятиях по военно- патриотическому воспитанию и занимаем призовые места!!! Команда юнармейцев нашей школы заняла 3 место в кустовом смотре и вышла в финал

На очередной тематической линейке состоялось торжественное вручение почётных грамот Юнармии от представителя Юнармейского движения РТ подполковника Сафина Линара Мотыгулловича, который ранее был в жюри на нашем школьном конкурсе смотра строя и песни. По его инициативе были награждены наиболее проявившие себя на этом смотре:

-Абдуллина Карина, 5б,Союшева Софья, 7а ,Мартыненко Диана , 6б,Солькин Тимур, 4а ,Зайцева Алина, 2а ,Хамматов Багдан, 9а класс .Для ребят это проявление внимания было почётно и радостно.



Накануне праздника «День защитника Отечества» и согласно реализации плана - месячника патриотического воспитания, в школе 17 февраля прошел смотр строя и песни. В этом мероприятии приняли активное участие все классы школы. Образцово-показательный отряд из числа учащихся 7-х классов, победитель смотра-строя и песни -2016, открыл смотр и своим примером задал тон всему конкурсу. В жюри смотра строя и песни был приглашён почётный гость - Линар Мотыгуллович Сафин, подполковник, ветеран, офицер боевых действий в Чечне, который в настоящее время является одним из руководителей Юной армии РТ и, по счастливой случайности, выпускник школы №112! Благодаря такому составу жюри ребята очень старались и

выступали достойно. Отдельным гостем нашего мероприятия стала Юмшанова Галина Кузьминична - мать воина интернационалиста, выпускника школы №112, погибшего в Афганистане выполняя интернациональный долг, Юмшанова Владимира Леонидовича. Она выступила с речью и добрым напутствием для молодого поколения. По окончании мероприятия для почетных гостей была проведена небольшая экскурсия по школе

В рамках проведения предметного декадника по русскому языку и литературе учащимися 6 А, 7Б классов под руководством Чекуновой Г.У. было проведено театральное представление по рассказам А.П. Чехова «Толстый и тонкий», «Хамелеон». Таким образом, ребята наглядно, вживую воспринимали литературные произведения Великого русского писателя. В рамках этого же декадника прошло интересное занятие по внеурочной деятельности



«Интерактивная игра по книге М. Твена «Приключения Тома Сойера», подготовленное Ганиевой Л.В. для учеников 5а и 5б классов и учителей школы В результате сложной интеллектуальной борьбы победил 5Б класс(кл. рук Гараева А.В.)Ребята нашей школы приняли участие в отборочном туре на фестиваль детского народного творчества «Без бергэ» и творческой программы Наследники Великой Победы. По жребию оргкомитета нашей школе выпала честь представить выставку союзной республики Грузия. Концерт, представленный обзором жюри, прошёл на отличном уровне. На сцене выступали одни из самых талантливых детей школы. Кроме концерта, была подготовлена выставка, посвящённая союзной республике Грузия. Были представлены экспонаты, как национального, так и военного характера. В экспонатах национального стиля находились костюмы, в которые облачались ученики школы, древнее оружие, символика, памятники военным действиям и блюда грузинской кухни. Готовили мероприятие Портнова ГРР и Маматалиева ГГ



Евграфова А.,8а

Саулык – зур байлык.

“Сәләмәтлек – иң зур байлык” диләр. Чөнки ул булмаса, кеше бик күп нәрсәләрдән мәхрүм. Сәләмәтлек - кеше бәхетенең нигезе. Исәнлек булганда гына кеше үзенең теләк-омтылышларына ирешә ала. Исәнлек булганда гына ул хезмәттән, уеннан, физик күнегүләрдән канәгатьлек ала. Максатыбыз - сәләмәтлек- кешегә табигать биргән иң зур байлык икәнлеген исбатлау. Сәләмәт тормыш рәвеше – кешенең һәрьяклап үсешен, хезмәткә сәләтлеген, рухи байлыгын, сәләмәтлеген тәэмин итә торган билгеле бер кагыйдәләргә үтәү ул. Сәләмәт булу өчен, һәркем тырышырга тиеш. Сәләмәт булырга теләсәң, иң беренче чиратта, яхшы тукланырга кирәк. Ашый торган ризыкта витаминнар булуы бик мөһим. Шуңа күрә кешеләр ит тә, сөт ашамлыклары да, яшелчәләр дә, жиләк-жимеш тә ашарга тиеш. Ләкин һәр ризыкны норма белән генә ашау яхшы.

Көндәлек гигиена таләпләрен үтәү дә бик әһәмиятле: иртән физик күнегүләр ясарга, ашаганнан соң тешләрне чистартырга, өс һәм аяк киёмнәренең чисталыгын сакларга, бүлмәне даими чиста тотарга һәм жилләтергә, атнага 2-3 тапкыр физкультура һәм спорт белән шөгыльләнәргә, саф һавада күбрәк булырга кирәк. Үзеңне чыныктыру да мөһим эш булып санала. Мәсәлән, салкын су белән коену бик файдалы.

Кышын да, жәен дә көн саен саф һавада йөрү яки йөгерү кеше организмына файда китерә. Жәен су коенырга, йөзәргә, көймәдә йөрергә, урманга барырга, футбол яки бадминтон уйнарга мөмкин. Ә кышын тимеракта, чаңгыда, чанада шуу, хоккей уйнау бик файдалы.

Шундый файдалы спорт төрләре белән мин даими шөгыльләнәп торам. Дусларымны да өндим. Мәктәп, район, шәһәр, республика күләмдә уздырылган ярышларда да бик теләп катнашабыз. Шундый чараларның берсе уңсигезенче февральдә булып узды. Без Чаңгы-2017 бәйгесендә катнаштык.

Сыйныфташларым, мәктәп укучылары, укытучылары- барыбыз бергә ярыш булачак урынга юл тоттык. Дулкынлану да, горурлык хисләре дә биләп алды. Мәктәпбез данын якларга барам мин. Монда килгәч, бөтен шәһәр халкы ярышка чыккан дип уйладык. Яше, карт, укучы- студентлар, житәкчеләр- бар да монда жыелган. Гаилә белән катнашучылар да булды.

Өлеге ярышларда мин ел саен катнашам. Әле соңгысы булмас дип уйлыйм. Шуып килгәч, күңелдәге канәгатьлек хисләрен сүз белән генә аңлатып бетереп булмый шул. Үзәң татып карарга кирәк. Оештыручыларга, катнашучыларга рәхмәт әйтеп, без өйләргә таралыштык. Онтылмаслык якты хәтирәләр алып кайттым.



Жәен футбол яратсагыз,
Кышын хоккей уйнагыз.
Хәрәкәтле уеннардан
Беркайчан да туймагыз.
Чаңгыда да шуыгыз сез,
Чабыгыз, узышыгыз.
Таза булгач, якты булыр
Киләчәк тормышыгыз.

Сәләмәтлек - кеше бәхетенең нигезе. Исәнлек булганда гына кеше үзенең теләк-омтылышларына ирешә ала. Безнең сәләмәтлек үзәбезнең кулларда. Эти-әниләргә кайгы - хәсрәт китермик, дусларыбыз, якын туганнарыбыз каршында үзәбезне горур хис итик.

Хайрутдинов Идрис, Евградова Арина 8А сыйныфы укучылары
Укытучы: Шакирова Диләрә Габделгазиз кызы



Над выпуском работали:

Гл. редактор : Ганиева ЛВ

Идея : Ганиева ЛВ,

Творческая поддержка: Шакирова Д.Г, Евградова А.8а, Силахина А.6б, Хайрутдинов И.8а, Союшева С., Искандирова Л.7а, ученики 5б кл.

Орфография и стиль авторов сохраняется

Дизайн и верстка выполнены в программе Microsoft Publisher.

Использованы картинки www.wikipedia.org,

Адрес редакции: Казань, Лядова, 16

RSPR 16-01688-Г-01



Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. Портал.ipo.ru