

МБУ ДО ДЮСШ Чурапчинского улуса РС (Я)

ПАПКА ДОСТИЖЕНИЙ

Тренера преподавателя по национальным якутским прыжкам

Собакина Павла Дмитриевича

С. Чурапча, 2018 г.

«Общие сведения»

Ф.И.О: Собакин Павел Дмитриевич.

Дата и год рождения: 01.11.1971 г.

Место рождения: с. Мырыла, Чурапчинского района РС(Я).

Место работы, должность: МБУ ДО «ДЮСШ Чурапчинского улуса» РС(Я), тренер-преподаватель по якутским прыжкам.

Образование (в какое образовательное учреждение поступил, когда окончил, специальность и квалификация по диплому):

- Якутский педагогический колледж № 1 с 1993 по 1996 год по специальности учитель физической культуры и национальные виды и развлечения.

- Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта с 2006 по 2009 год по специальности физическая культура и спорт.

Служба: Служил в рядах Советской армии (Мотострелковый полк) с 1989 по 1991 годы.

Общий трудовой стаж работы: 35 лет.

Стаж педагогической работы: 21 лет.

Стаж работы в данном учреждении: 8 лет.

Семейное положение: женат, 4 детей.



1. Представление собственного инновационного педагогического опыта.

Организации уроков физической культуры с использованием якутских прыжков для учащихся.

методика обучения якутским прыжкам.

Методика обучения якутским прыжкам не отличается от методики обучения классическим видам прыжков, т.е. прыжкам в длину и тройному прыжку. При этом меняются все дидактические принципы обучения.

Сложность в процессе обучения представляет то, что в юношеском возрасте якутские дети заметно отстают в скоростно- силовой подготовке по сравнению со своими сверстниками средней полосы России. Это было выявлено путем научного исследования, проходившегося преподавателями кафедры физического воспитания Якутского госуниверситета в период с 1969 по 1975гг. под руководством кандидата педагогических наук И.А Гусевой: исследовался уровень физического развития и физической подготовленности школьников различных регионов Якутии (центральные районы, северные и групп вилюйских районов.)

В дальнейшем в период с 1976 года по 1980 – е годы, факт отставания подтвердился в процессе научного исследования уровня физического развития студентов Якутского госуниверситета, осуществлённого под руководством кандидата педагогических наук, профессора Н.К. Шамаева. По этому обучение техники выполнения якутских прыжков начинается с обучения правильному (техничному) быстрому бегу.

Дальность прыжка в «кылыы » и «ыстанга» зависит от скорости набранного разбега, своевременности и правильности отталкивания, ритмичности выполнения последующих прыжков и приземления.

Последовательность обучения техники национальных прыжков:

1. Обучения техники бега на короткие дистанции. Выработка скорости и скоростной выносливости.
2. Создания у занимающихся представления о техники выполнения якутских прыжков.
3. Ознакомления с понятиями «разбег», «отталкивание», «фаза полета» и «приземление».
4. Показ и объяснение отдельных элементов техники выполнения прыжков.
5. Показ техники выполнения якутских прыжков целиком и их выполнение занимающимся.
6. Физическое и функциональное подготовка, создания необходимой координации движений у занимающихся. Силовая и прыжковая подготовка.
7. Обучения техники выполнения прыжка по элементам: разбег, отталкивания, полет, приземления.
8. Обучения техники выполнения прыжка в целом совершенствовании этой техники, включении в соревнования.

Первый этап. Беговая подготовка. Как уже отмечалась выше, лучшие результаты по якутским прыжкам показывают спортсмены, имеющие высокие результаты в спринтерском беге (в беге на короткие дистанции), а именно на 30, 60 и 100 метров. По

этому главная задача в системе обучения – научить правильной техники быстрого бега.

Второй этап. В системе обучения якутским прыжкам – это показ техники их выполнения, объяснение элементов и выполнение самими занимающимися прыжков небольшого и среднего разбега.

На этом этапе самым трудным является подбор длины разбега, т.е. выработка умения точно, без снижения скорости, подойти к месту отталкивания и своевременно оттолкнуться. Это достигается очень кропотливой, упорной работой путем многократных повторений. Существуют несколько способов определения длины разбега:

1. Самый простой и распространённый способ. Многие спортсмены начинают подбирать длину разбега с место отталкивания. Это место отмечается и становится линией начало разбега. Если у них стабильно хороший бег, это длина может служить постоянным разбегом. Но для ее определения нужно проделать многократное повторения разбега, а так же сделать уточнение, корректуру.
2. Тренер должен дать возможность выполнить прыжок с полного разбега. При этом отталкивание можно совершить с любой линии. После многократного повторения разбега это расстояние измеряется рулеткой, и оно становится постоянной длиной разбега.

При определении длины разбега следует ориентироваться на число беговых шагов. Если прыгун начинает разбег с маховой ноги, то число его беговых шагов будет нечетным (17-19-21), а если толчковой ноги то четным (18-20-22).

Подбор длины разбега – это очень тонкая, упорная и кропотливая работа тренера и спортсмена. На точность разбега может повлиять ветер, состояния погоды, грунта беговой дорожки, а так же самочувствие самого спортсмена. Учитывая это обстоятельство, сами спортсмены и тренеры должны уметь корректировать, уточнять и изменять длину своего разбега.

Чтобы не забыть длину разбега, многие прыгуны измеряют свой разбег ступнями, но для оптимальности рекомендуются все же измерять его рулеткой.

Третий этап. Начинать применять методику обучения якутским прыжкам лучше всего с использования специальных прыжковых упражнений.

Таким специальными прыжковыми упражнениями являются сами якутские прыжки скачки на одной ноге (кылыы), прыжковые упражнения с ноги на ногу (ыстанга), прыжки на двух ногах с одновременным отталкиванием двумя ногами (куобах). Эти упражнения нужно применять в различных вариантах и сочетаниях. Например: три скачка на одной ноге, затем три на другой. Или: тройные, пятерные прыжки. При выполнении этих прыжков оттачивается техника. Особенно нужно обратить внимание на способ приземления. Кроме указанных прыжков также: прыжки со скакалкой, прыжки в длину, тройной прыжок, прыжки через различные заряды, прыжки с возвышенности, с предметом, прыжки с горки, на горку и т.д.

После освоения техники выполнения отдельных прыжков переходим к прыжкам с небольшого и среднего разбега (8 – 10 беговых шагов). Прыжки не следует совершать сразу в полном количестве – одиннадцать, а по нарастающей – 5,7,9,11. Отталкивание можно проводить с любого места, т.е. не обязательно точно попасть на планку, но

расстояние между началом разбега и местом отталкивания должно быть измерено. Это в дальнейшем поможет точному подбору длины разбега.

Заключительный этап. Обучение составляют прыжки с полного разбега, с начало в полсилы, затем в недельном цикле тренировки следует один или два раза давать возможность прыгать максимально – с измерением результатов.

В деле обучения якутским прыжкам нет готовых рецептов. Каждый преподаватель должен иметь свой почерк, свой метод и свою методику обучения. Только при таком условии он сможет достичь большого успеха и результата.

Подготовка спортсменов, особенно прыгунов, - сложный и длительный и воспитательный процесс.

Он включает в себя техническую, тактическую, физическую (общую и специальную) психологическую, моральную и теоретическую подготовку. Все эти виды подготовки между собой тесно взаимосвязаны. Основным средством спортивной подготовки является физические упражнения. Все упражнения должны быть направлены на развитие определенных физических качеств. Например: силы, быстроту, выносливости, координации и т.д. Физическая подготовка прыгунов делится на общую и специальную. Общая физическая подготовка направлена на укрепления здоровья, укрепление опорно – двигательного аппарата, улучшение подвижности в суставах, и эластичности мышц, на улучшение таких качеств как ловкость и координация движений, на развитие сердечно – сосудистой и дыхательной систем.

Специальная физическая подготовка, эти упражнения применяются для развития физических качеств, необходимых для избранного вида прыжков.

Например: для прыжков «кылыы» следует давать больше упражнений со скачками подряд сначала одной затем на другой ноге. Для «ыстанга» - с прыжкам по перемененно с ноги на ногу, для «куобах» на двух ногах. Методика применения специальных упражнений и их дозировка зависят от уровня физической и технической подготовленности прыгунов и должны быть строго индивидуальными в зависимости от их физического развития, состояние здоровья.

Скоростно-силовая подготовка по якутским прыжкам занимает большую часть тренировочной работы, т.к. и при выполнении одного цикла прыжков спортсмены нужно совершить одиннадцать безостановочных прыжков в максимально быстром темпе, преодолевая при этом значительное внешнее сопротивление.

Скоростно-силовая подготовка прыгунов должна обеспечить развитие качеств быстроты и силы в трех основных направлениях:

1. Скоростное. Решается задача повышение абсолютной скорости. Применяются: бег на короткие отрезки, бег по ветру, бег под гору, на горку. Выполнение в максимальном темпе беговых упражнений на месте и в движении, бег в упоре максимальном темпе, бег на время по 30,40,50м с низкого старта или с ходу и.т.д.
2. Скоростно-силовое. Решается задача увеличение силы мышц и скорости движений. Применяются различные прыжковые упражнения с отягощением и без отягощением, с подъема – спуском на гору, по склону, на предметы, с предметов.
3. Силовое. Решается задача развитие силы мышц, участвующим при выполнении отдельных прыжков. Все три вида якутских прыжков – это силовые прыжки.

Кроме уже перечисленных средств и методов подготовки прыгунов, важную роль играет также психологическая, морально-волевая и теоретическая подготовка спортсменов. Выработка всех необходимых качеств подобного плана проводится во время тренировочных занятий. Процесс тренировки требует огромных затрат физических и моральных сил. Поэтому каждый спортсмен должен готовиться преодолевать эти трудности, должен верить в свои силы для достижения высоких спортивных результатов. Психологическая, морально-волевая и теоретическая подготовка должна проводиться на каждом занятии.

При проведении тренировок по якутским национальным прыжкам важное значение имеет использование приемов и видов легкой атлетики: прыжки в длину разбега, тройной прыжок и бег на короткие дистанции.

Прыжок в длину с разбега. Этот прыжок является скоростно-силовым упражнением легкой атлетики. При описании техники прыжка условно выделяют 4 фазы: разбег, отталкивание, полет и приземление. В разбеге создается горизонтальная скорость, в отталкивании – вертикальная. В полетной фазе сохраняется устойчивое вертикальное положение тела прыгуна, при приземлении прыгун должен коснуться в яме для приземления как можно дальше, и потеряв равновесия, выйти после этого вперед. Результат прыжка в длину в основном зависит от величины начальной скорости вылета и угла вылета.

Тройной прыжок. Современная техника тройного прыжка включает разбег и три различных прыжка, выполненных в определенной последовательности. Первым после разбега «скачок» - это прыжок на одной, обычно сильнейшей ноге, потом «шаг» - обычный прыжок в длину, выполненной в маховой ноге. Прыгун приземляется на две ноги в яму.

Дальность полета в тройном прыжке зависит от величины начальной скорости и угла вылета прыгуна при всех трех отталкиваниях. При выполнении трех последовательных отталкиваний часть скорости теряется: в «скачке» - 0,5 м/с, в «шаге» - 1 м/с, в «прыжке» - 1,5-2 м/с. При отталкивании в «скачке» - 15-16, в «шаге» 18-20. В фазах полета прыгун не может изменить траекторию своего движения, поэтому все действия прыгуна направлены на сохранение устойчивого равновесия и подготовку к последующему отталкиванию или приземлению.

Бег на короткие дистанции. Максимальная скорость бега составляет у спринтеров-мужчин около 12 м/с, а у женщин – 11 м/с и поддерживается с колебаниями 2-4% на участке 20-35 м на 40-80 м дистанции. Рост скорости в спринте (выше 8 м/с) связан с повышением частоты шагов, хотя увеличение скорости бега до 6-8 м/с идет за счет длины шагов. При увеличении скорости бега свыше 11 м/с у мужчин и 10 м/с у женщин частота шагов растет при сохранении или даже некотором сокращении шагов.

Отличиями бега по дистанции от стартового разбега является относительно вертикальное положение туловища, постановка более выпрямленной ноги впереди проекции О.М.Ц.т., перемещение центра вращения опорной ноги в направлении от колена к пальцам стопы, большая амортизация в коленном и голеностопном суставах, более широкий размах движения голени в периоде переноса, акцент махового движения на свдании бедер до постановки.

Организации уроков физической культуры с использованием якутских прыжков для учащихся.

Цель работы: Совершенствовании общефизической подготовки с использованием национальных прыжков на уроках физкультуры у юношей

Задачи:

1. Подобрать комплекс упражнений, для развития скоростно-силовых качеств.
2. Доказать эффективность влияние комплекса скоростно-силовых упражнений.

Использование методы:

- Обзор литературных источников.
- Педагогический эксперимент.
- Результаты и их обсуждения.

На уроках физической культуры юноши развивают основные двигательные качества с использованием элементов национальных видов спорта (национальных прыжков), а также знания по национальным видам спорта и подвижным играм.

На уроках используют упражнения из школьной программы, которые по желанию учителя могут дополняться другими видами, в особенности играми народностей или спортивными (лапта, футбол, и.т.д.). Основное внимание уделяют в овладении техникой и при этом широко используют игровой и соревновательный методы. Теоретические знания сообщают ученикам в форме бесед перед началом практического занятия. Важной составной частью работы в школе является проведение массовых соревнований, подготовка и участие в спортивных соревнованиях школы и улуса.

При проведении работы использовались следующие методы:

Бег на 30 метров:

Цель: Применение, оценка быстроты перемещение учеников.

Инвентарь; секундомер проведение теста, разминка 15 минут выполняется один раз.

Челночный бег 3x10 метров:

Цель: Применение скоростно-силовых координационных качеств учеников.

Инвентарь; секундомер, свисток и кубики для выполнения теста. Выполняется один раз.

Прыжок длину с места:

Цель: Применение скоростно-силовых способностей учеников.

Инвентарь; рулетка. Разминка 15 минут выполняется три попытки, из которых регистрируется лучший результат. Условия выполнения: испытуемый сначала делает взмах руками назад, затем, резко вынос их вперед и отталкиваясь двумя ногами, прыгает как можно дальше.

Три вида национальных прыжков, наклон вперед из положения, сидя, поднимания туловища.

Ход работы. Ученики на уроках одновременно занимались легкоатлетическими упражнениями и якутскими национальными прыжками. В конце каждого месяца сдавали

контрольные тесты: прыжки в длину с места, челночный бег, бег на 30 метров, поднимание туловища, национальные прыжки на 5 отметок.

При соревновании эффективности программ по общефизической подготовке в одном классе использовались следующие общепринятые расчеты: подсчет среднего показателя всего класса, а также каждого ученика в динамике.

Результаты проведенной работы.

Использование якутских прыжков на уроках физкультуры повышает скоростно-силовое качество у школьников.

В качестве примера приведем сравнительные результаты сдачи контрольных нормативов по общефизической подготовка учащихся.

2.Наличие инвентаря и осуществления набора в спортивную школу, секцию, группу спортивной и оздоровительной направленности детей и подростков, желающих заниматься физической культурой и спортом и не имеющих медицинских противопоказаний.

На секцию якутских прыжков МБУ ДО «ДЮСШ Чурапчинского улуса» РС(Я) принимаются все желающие, на основе заявления родителей, при наличии справки о состоянии здоровья об отсутствии медицинских противопоказаний. Возраст воспитанников от 7 до 18 лет. В сентябре месяце подаются списки групп в соответствии с полными пакетами документов на каждого ребенка, издается приказ о зачислении учащихся в спортивную школу.

При наборе в секцию руководствуемся «Положением о приеме воспитанников» утвержденной директором МБУ ДО «ДЮСШ Чурапчинского улуса» РС(Я). В конце августа развешиваем объявления в информационных стендах образовательных и общественных учреждений, рассылаем объявления в группах WhatsApp, публикуем на странице ДЮСШ в Instagram, и на официальном сайте ДЮСШ.

Для спортсменов, которые уже не первый год тренируются, в августе месяце сообщаем о начале тренировочных занятий и предполагаемое расписание тренировок на год. К первому сентября большинство занимающихся в группе уже должны приступить к регулярным тренировкам. Если первые соревнования планируются в сентябре месяце, то начало тренировок должно проходить на начале августа, а если в октябре-то начинать тренировки можно в третьей половине августа. В августе месяце подаем в учебную часть календарный план участия в соревнованиях и в учебно-тренировочных сборах на весь учебный год, а так же примерную смету для участия в них. На основе полученных данных составляется календарный план мероприятий ДЮСШ. В это же время начинаются переговоры по финансированию поездок на соревнования. Среди тех, кто может оказать финансовую помощь, в первую очередь – родители, далее администрация ДЮСШ, при выезде на крупные соревнования – управление физической культуры и спорта и управление образования Чурапчинского улуса, спонсоры, федерации по видам спорта.

В сентябре составляются следующие расписания работы в ДЮСШ:

- 1)Расписание тренировок группы определенного учебно – тренировочного этапа.
- 2)Расписание работы тренера с учетом тренерских и педагогических Советов ДЮСШ.
- 3)Сводное расписание по спортивным сооружениям: спортивным залам и другим местам проведения занятий на год.
- 4)Сводное расписание по спортивным залам и другим местам проведения занятий на неделю с учетом текущих изменений – проведения соревнований или других разовых мероприятий в спортивном сооружении.

Все разновидности расписаний согласовываются заместителем директора по учебной работе и утверждается директором ДЮСШ. Для всех воспитанников читается

вводный или ежегодный инструктаж по технике безопасности, о чем составляется запись в специальном журнале и каждый, прослушавший лекцию, расписывается.

Наполняемость групп:

№	Учебный год	Количество учащихся
1	2014-2015	ГНП-34 УТГ-0
2	2015-2016	ГНП-38 УТГ-17
3	2016-2017	ГНП-18 УТГ-32
4	2017-2018	ГНП-5 УТГ-17

Наличие инвентаря:

- 1.Свисток, секундомер.
- 2.Дорожка для прыжков.
- 3.Л/А барьеры 6 шт.
- 4.Скакалки 15 шт.
- 5.Тутум эргиир 2 шт.
- 6.Мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные 6 шт.
- 7.Кольца гимнастические 1 шт.
- 8.Турник 2 шт.
- 9.Шведская стенка.
- 10.Набивные мячи 6 шт.
- 11.Обруч 10 шт.
- 12.Мат гимнастический 12 шт.
- 13.Штанга 2 шт.
- 14.Гири 16кг-4 шт, 24кг-4 шт, 32кг-1 шт.

Технические средства, информационно-компьютерные технологии:

- 1.Ноутбук – 1.
- 2.Проектор – 1.

3.Использование современных образовательных, информационных, компьютерных технологий в своей деятельности, в осуществлении контроля и аттестации обучающихся, воспитанников.

№	Наименование	Результаты использования технологий
1	Технология использования круговой тренировки, внедрение в программу тренировок якутских прыжков элементы современных и других видов спорта подходящих для тренировок якутских прыжков.	Всестороннее физическое развитие, повышение и поддержка интереса детей к национальным видам спорта.
2	Технология использования в обучении игровых методов.	Позволяют избежать однообразия и скуки в тренировочном процессе, уравнивают тренировочную нагрузку элементом «активного отдыха».
3	Технология взаимообучения.	Развитие взаимответственности, способности обучаться в силу собственных возможностей при поддержке своих товарищей.
4	Использование в тренировках видео материалов, слайдов.	Поддержка интереса воспитанников к процессу обучения, быстрое усвоение теории обучения и техники выполнения разных упражнений.
5	Технология проблемного обучения.	Проведение психологической работы с обучающимися для преодоления сложных ситуаций к пути достижения поставленных целей.
6	Технология личностно-ориентированного обучения.	Планирование и проведение учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей каждого воспитанника.
7	Здоровье сберегающая технология.	Создание для воспитанников безопасных и благоприятных условий при проведении тренировочного процесса, приучить их к введению здорового образа жизни и сформировать необходимость к систематическим занятиям спортом.

Презентации PowerPointиспользуемая в теоретической части занятий:

- 1.История национальных видов спорта.
- 2.Соревнования по национальным видам спорта.
- 3.Формирование у воспитанников ЗОЖ.
- 4.Выдающиеся спортсмены по якутским прыжкам.
- 5.Профилактика применения допинга юными спортсменами.

4.Обеспечение повышения уровня физической, теоретической, морально-волевой, технической и спортивной подготовки обучающихся, воспитанников, укрепление здоровья через разнообразные виды деятельности.

№	Повышение уровня подготовки	Мероприятия	Результат
1	Физическая	обеспечение необходимого уровня функциональной подготовленности организма спортсмена для совершенствования технико-тактического мастерства и оптимального использования уровня подготовленности в соревнованиях.	Научиться в полной мере реализовывать свой потенциал
2	теоретическая	Спортивная тренировка предъявляет высокие требования ко всем системам организма спортсменов в связи с высокими систематическими нагрузками. Как известно, чем человек больше знает, тем он независимей и в состоянии более оперативно принимает правильные решения	
3	Морально-волевая	Использование воздействия стрессового характера: сбивающие факторы, ограничение деятельности ведущих анализаторов, лимитирование во времени и пространстве, ограничение или искажение информации, например, о противнике, тренировка на фоне утомления.	
4	техническая	Работа над эффективностью и экономичностью действий, достижения оптимальной техники с учетом антропомических и психофизических особенностей спортсмена	
5	спортивная	Совершенствование спортивного мастерства необходимо рассматривать с учетом индивидуального уровня технической, физической, интеллектуальной и психологической подготовленности конкретного спортсмена	
6	Тактическая	Это трезвая оценка ситуации, сильных и слабых сторон соперника, умелое использование своих сил с тем, чтобы потратить столько энергии, сколько нужно в данном конкретном случае для одержания победы с наименьшими потерями для себя.	
	Укрепление здоровья	Создать условия для полноценного психического и физического укрепления здоровья воспитанников, усвоить гигиеническую культуру, приобщить к ЗОЖ, сформировать привычку к закаливанию и физической культуре	

5.Обеспечение и анализ достижений и подтверждений обучающимися, воспитанниками уровней спортивной (физической) подготовки, оценивание эффективности их обучения с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в т.ч. текстовых редакторов и электронных таблиц в своей деятельности.

Группа начальной подготовки

дата сдачи 03.10.2016

№	Фамилия	Год рождения	Челночный бег		Тутумэрг иир		Прыжок в длину с места (см)		Гибкость (см)		Силовая подготовка (раз)		6 минутный бег		Общий бал	Общая сумма
			Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл		
1	Захаров А.	2005	9,5	5	4	2	166	5	18	7	6	5	1021	3	28	3
2	Собакин А.	2004	9,7	3	2	2	132	3	11	7	4	5	940	3	25	3
3	Рожин С.	2005	9,3	3	2	2	163	5	8	5	9	7	947	3	25	3
4	Композов К.	2006	10,2	2	0	2	156	3	0	2	0	2	698	2	15	2
5	Сивцева С.	2006	9,2	5	3	2	128	2	3	3	2	3	933	3	19	2
6	Сивцева Л.	2005	9,8	3	0	2	128	2	0	2	4	5	900	2	16	2
7	Смирникова А.	2004	9,7	3	1	2	124	2	13	7	2	3	910	3	20	3
8	Заболотский А.	2006	10,3	2	0	2	120	2	13	7	0	2	830	2	17	2
9	Иванов Р.	2005	9,8	3	6	3	185	7	2	3	4	5	939	3	24	3
10	Собакина Т.	2005	9,9	3	0	2	118	2	3	3	0	2	624	2	14	2
11	Илларионов Л.	2004	9,6	5	0	2	117	2	5	5	0	2	836	2	18	3
12	Игнатьев А.	2006	9,9	3	0	2	129	3	0	2	0	2	632	2	14	2

Группа начальной подготовки

дата сдачи 08.05.2017

№	Фамилия имя	Год рождения	Челночный бег		Тутумэ гир		Прыжок в длину с места (см)		Гибкость (см)		Силовая подготовка (раз)		6 минутный бег		Об щи й балл	Общ ая сум ма
			Рез ульт ат	ба лл	Рез ульт ат	б ал л	Резу льта т	балл	Рез ульт ат	балл	Резу льт ат	балл	Резу льта т	б ал л		
1	Захаров А.	2005	9,2	5	5	3	172	5	18	7	6	5	1022	3	27	3
2	Собакин А.	2004	9,5	5	1	2	169	5	11	7	4	5	953	3	27	3
3	Рожин С.	2005	9,3	3	2	2	170	5	9	7	9	7(+)	940	3	27	3
4	Комподо ев К.	2006	9,9	3	0	2	164	5	0	2	0	2	1025	3	16	2
5	Сивцева С.	2006	9,0	5	3	2	142	3	5	5	2	3	942	2	18	2
6	Сивцева Л.	2005	9,6	3	1	2	130	2	1	2	4	5	908	3	16	2
7	Смирни кова А.	2004	9,7	3	0	2	128	2	14	7	2	3	898	3	20	3
8	Заболоцкий А.	2006	10,2	2	0	2	126	2	12	7	0	2	832	3	17	2
9	Иванов Р.	2005	9,5	5	5	3	193	7	4	3	4	5	943	3	26	3
10	Собакина Т.	2005	9,8	3	0	2	120	2	3	3	0	2	624	3	14	2
11	Илларионов Л.	2004	9,8	3	0	2	153	3	5	5	0	2	836	2	17	2
12	Игнатьев А.	2006	9,9	3	0	2	131	3	0	2	0	2	632	2	14	2

Учебно-тренировочная группа

дата сдачи 06.10.2016

№	Фамилия имя	Год рождения	Челночный бег		Тутумэ гир		Прыжок в длину с места (см)		Гибкость (см)		Силовая подготовка (раз)		6 минутный бег		Об щи й балл	Общ ая сум ма
			Рез ульт ат	балл	Рез ульт ат	б ал л	Резу льта т	балл	Рез ульт ат	балл	Резу льт ат	балл	Резул тат	ба лл		
1	Харионов А.	2001	9,8	3	13	3	245	7	27	7	9	5	1063	3	28	3
2	Филиппов В.	2002	8,2	5	15	3	210	5	10	7	15	7	1070	3	30	5
3	Собакина А.	2000	8,7	3	8	3	200	5	22	7	10	7	1008	3	28	3
4	Иван	2003	9,0	3	1	2	168	3	8	5	0	2	770	2	17	2

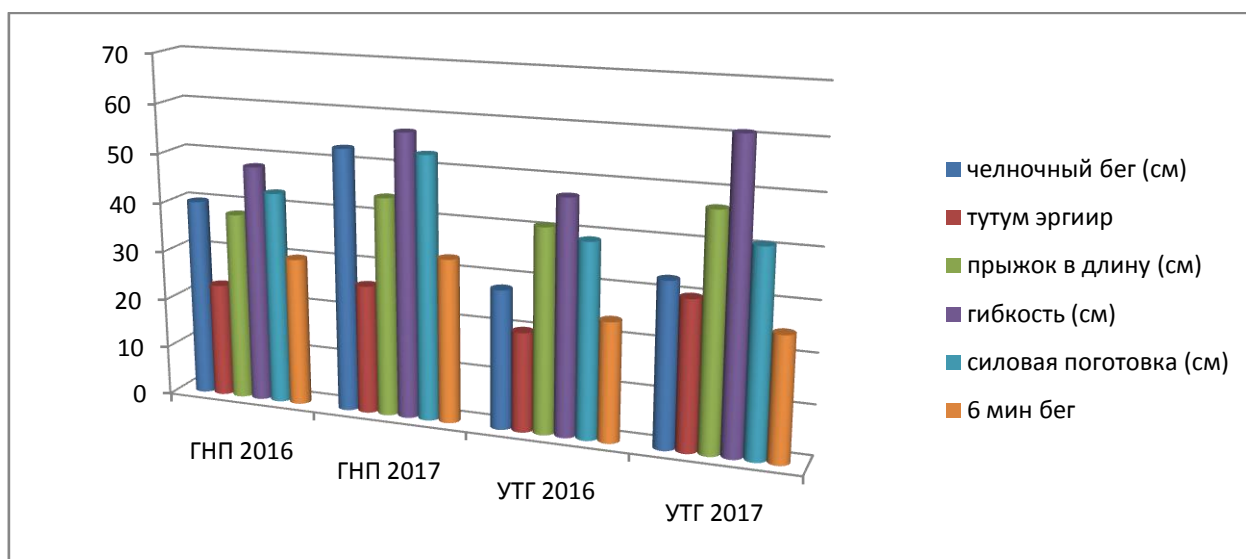
	ова Ю.															
5	Захаров С.	2001	8,6	3	8	3	184	5	10	7	5	5	992	3	26	3
6	Оконешников К.	2003	9,1	2	5	2	196	5	15	7	7	5	1008	3	24	3
7	Скрябин Д.	2001	9,5	3	0	2	162	3	0	2	0	2	732	2	14	2
8	Лукин Э.	2003	9,3	3	3	2	176	5	16	7	3	3	976	3	23	3
9	Павлов А.	2002	9,4	3	0	2	160	3	8	5	2	3	830	2	18	2

Учебно-тренировочная группа

дата сдачи 05.05.2017

№	Фамилия имя	Год рождения	Челночный бег		Тутумэрги ир		Прыжок в длину с места (см)		Гибкость (см)		Силовая подготовка (раз)		6 минутный бег		Общий балл	Общая сумма
			Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл	Результат	балл		
1	Харионов А.	2001	8,2	5	15	7	250	7	29	7	11	7	1062	3	36	5
2	Филиппов В.	2002	8,5	5	20	7	224	7	13	7	15	7	1070	3	36	5
3	Собакина А.	2000	8,06	3	9	3	218	7	22	7	10	7	1010	3	23	3
4	Иванова Ю.	2003	9,1	3	1	2	171	3	10	7	0	2	763	3	20	3
5	Захаров С.	2001	8,4	5	10	3	202	7	10	7	8	5	998	3	30	5
6	Оконешников К.	2003	9,1	2	6	2	198	5	16	7	7	5	1011	3	24	3
7	Скрябин Д.	2001	9,4	3	0	2	159	3	5	5	0	2	728	2	18	2
8	Лукин Э.	2003	9,0	5	5	2	178	5	14	7	3	3	972	3	25	3
9	Павлов А.	2002	9,6	2	0	2	160	3	10	7	2	3	828	2	19	2

Динамика развития общефизической подготовленности воспитанников



Результаты олимпиады учащихся.

Муниципальный уровень.

год	Предмет	Ф.И. Участника	Класс	Школа	Результат
2008-2009	Физическая культура	Красильников Петя	10	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	1 место
2009-2010	Физическая культура	Николаев Миша	9	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	1 место
2010-2011	Физическая культура	Федоров Коля	9	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	1 место
2011-2012	Физическая культура	Федоров Коля	10	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	
2012-2013	Физическая культура	Собакина Айта Федоров Коля	10	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	2 место 1 место
2013-2014	Физическая культура	Собакина Айта	11	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	1 место
2016-2017	Физическая культура	Иванова Юля	10	Чурапчинская СОШ им.С.А.Новгородова	1 место

Региональный уровень

год	предмет	Ф.И. участника	Класс	Школа	Результат
2009-	Физическая	Николаев	9	Соловьевская СОШ	участник

2010	культура	Миша		им П.М.Васильева	
2010-2011	Физическая культура	Федоров Коля	9	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	участник
2011-2012	Физическая культура	Федоров Коля	10	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	участник
2012-2013	Физическая культура	Собакина Айта Федоров Коля	10 11	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	Призер Победитель
2013-2014	Физическая культура	Собакина Айта	11	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	Призер
2017-2018	Физическая культура	Иванова Юля	11	Чурапчинская СОШ им.С.А.Новгородова	Призер

Всероссийский уровень

Год	Предмет	Ф.И. участника	Класс	Школа	Результат
2012-2013	Физическая культура	Федоров Коля	11	Соловьевская СОШ им П.М.Васильева	Финалист

6. Проведение профилактической работы по противодействию применению обучающимися, воспитанниками различных видов допингов, по пропаганде здорового образа жизни.

Одна из наиболее острых проблем стоящих сегодня перед спортивным обществом - проблема допинга. Проблема допинга касается не только элитных спортсменов, принимающих участие в крупных российских и международных соревнованиях, но и спортсменов в самом начале спортивной карьеры. Переоценка своих возможностей объективно подталкивает спортсмена к использованию допинга и дальше, как средства компенсации неправильно принятого решения. Ужесточение антидопинговых мер таких как допинг-контроль и дисквалификация – это важная составляющая борьбы с применением запрещенных препаратов. Однако, антидопинговая образовательная деятельность призвана информировать и предостерегать. Педагогический аспект антидопинговой политики играет огромную роль в формировании отношения к допингу молодых спортсменов. Это внедрение в процесс образования молодых спортсменов теоретических занятий по профилактике допинга в спорте.

1. Общие положения.

1.1. Положение принимается для противодействия распространению допинга всех возрастных категорий и сохранения того, что действительно важно и ценно для спорта. Положение составлено в соответствии с положениями Международной конвенции ЮНЕСКО, Всемирного антидопингового кодекса, Международного стандарта РУСАДА по терапевтическому использованию, Международного стандарта РУСАДА по тестированию, Внутреннего Антидопингового Регламента ФПСР, ВФПР, ВФПС, законодательства РФ, Положений комиссий по видам спорта, указаний и рекомендаций Министерства спорта России и олимпийского комитета России, Запрещенного списка ВАДА.

1.2. Положение определяет порядок работы тренеров-преподавателей, инструкторов-методистов, спортсменов-инструкторов для решения следующих задач:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;
- улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие; повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта; профилактика вредных привычек и правонарушений.

2. Цели, задачи, основные направления профилактической деятельности.

2.1. Основной целью профилактической деятельности является поиск эффективных технологий противодействия применению допинга в детском и юношеском спорте. Максимально возможно при проведении профилактической работы формировать знания об антидопинговых правилах и внедрять их в учебно-тренировочный процесс:

- обучение основам профилактической работы, предоставление адекватной информации об основах спортивной подготовки;
- выявление отношения к проблеме допинга у молодых спортсменов и тренерского состава;
- обучение современным принципам применения фармакологических средств, основам профилактики допинга в спорте;
- увеличение числа детей, подростков и молодежи, ведущих активный досуг и здоровый

образ жизни, пропаганда средств физкультурно-спортивной деятельности в профилактике допинга в спорте.

- сформировать устойчивые ценностные ориентации к олимпийским идеалам и ценностям и резко негативное отношение к допингу в спорте.

2.2. Основными задачами являются:

- способствовать осознанию спортсменами актуальности проблемы допинга в спорте;
- способствовать проявлениям нравственных качеств "ФэйрПлей" (проявление позитивного поведения спортсмена, демонстрируемого на соревнованиях), овладению занимающихся знаниями и навыками противостояния применению допинга в повышении работоспособности, составлению индивидуальной фармакологической карты спортсмена;
- обучить занимающихся основам врачебно-педагогического контроля в процессе занятий спортом;
- обучить занимающихся навыкам проведения спортивно-зрелищных мероприятий по пропаганде идеалов олимпийского движения, здорового образа жизни;
- обеспечить организацию систематического диспансерного обследования спортсменов.

2.3. Основные направления профилактической деятельности:

- теоретические аспекты проблемы зависимостей, применения допинга в спорте,
- формирование практических навыков по самовоспитанию нравственных убеждений у спортсмена, обучение приемам самоконтроля.

3. Структура и содержание профилактической деятельности.

В соответствии с поставленными целевыми установками система обучения реализуется в виде лекций и практических занятий при методическом сопровождении тренера-преподавателя, инструктора-методиста, спортивного врача (медицинской сестры) по тематике, направленной на профилактику допинга. Для достижения целей и реализации задач необходимо выполнение всех мероприятий антидопинговой деятельности.

3.1. Психолого-социальные и педагогические основы занятий спортом.

3.1.1. Современное олимпийское движение:

Теоретические занятия

Олимпийские игры древности. Современные олимпийские игры. Международный олимпийский комитет — ведущая организация олимпийского движения. Олимпийский комитет России. Современный олимпийский символ; олимпийский девиз; эмблема МОК; олимпийский флаг; олимпийский огонь.

Практические занятия

Проведение спортивно-зрелищных мероприятий по пропаганде идеалов Олимпийского движения.

3.1.2: Развитие нравственной сферы личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности

Теоретические занятия

занятия

Этические нормы, регулирующие поведение и взаимоотношения в сфере спортивной деятельности, составляющие спортивную этику.

Практические занятия

Формирование нравственных убеждений у спортсмена в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований. Руководство самовоспитанием спортсмена.

3.1.3: Приобщение спортсмена к здоровому стилю жизни

Теоретические занятия

Понятие здоровья. Виды здоровья. Факторы риска в образе жизни людей. Здоровый образ жизни - основа индивидуального стиля жизни. Уровень знаний ведения здорового образа жизни.

Практические занятия

Ведение дневника самоконтроля спортсмена. Проведение дискуссий, диспута на тему: "Вредные привычки и спорт»

3.2. Медико-биологические основы занятий спортом

3.2.1. Роль занятий спортом в повышении функциональных возможностей организма человека

Теоретические занятия

Понятие о физическом развитии и физической подготовленности. Двигательные способности и их воспитание посредством систематических занятий спортом. Спортивная деятельность как форма совершенствования жизненно-важных двигательных умений и навыков. Построение учебно-тренировочного занятия. Этапы спортивной подготовки. Виды физической нагрузки. Циклы тренировочной нагрузки.

3.2.2. Основы врачебно-педагогического контроля в процессе занятий спортом

Теоретические занятия

Цели и задачи врачебно-педагогического контроля — основы и принципы предупреждения развития переутомления и патологических изменений организма у спортсменов. Простые методы контроля: визуальное наблюдение, измерение частоты сердечных сокращений, измерение артериального давления, измерение жизненной емкости легких, определение скорости мышечных движений. Сложные методы контроля: биохимические методы (анализ крови, анализ мочи), инструментальные методы (электрокардиография, электромиография), радиотелеметрические (измерение ЧСС, частоты дыхания на расстоянии). Самоконтроль спортсмена. Данные самоконтроля: субъективные (настроение, самочувствие, аппетит, сон, желание заниматься, переносимость нагрузки, потоотделение, нарушение режима, наличие болевых ощущений) и объективные (ЧСС до и после тренировки, АД, Частота дыхания, определение длины и массы тела и др.).

Практические занятия

Ежегодное проведение диспансеризации спортсменов. Обучение занимающихся приемам самоконтроля. Ведение дневника спортсмена.

3.2.3. Роль спорта в профилактике вредных привычек

Теоретические занятия

Понятие о вредных привычках. Влияние табакокурения на физическое развитие и умственную работоспособность человека. Табакокурение и спорт — несовместимые составляющие в жизни спортсмена. Понятие "алкоголизм". Действие алкоголя на нервную систему и умственную работоспособность. Алкогольная деградация личности. Алкоголь и спорт — несовместимые составляющие в жизни спортсмена. Параметры, характеризующие понятие "наркотическое средство». Наркотики и их влияние на организм. Механизм формирования наркотической зависимости. Наркотики и спорт — несовместимые составляющие в жизни спортсмена. Анализ собственного образа жизни. Анкетирование, просмотр видеофильмов, свидетельствующих о вредном влиянии табакокурения, алкоголизма, наркомании. Обсуждение и дискуссия просмотренного материала.

Практические занятия

Проведение физкультурно-спортивных мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек, наркомании (Первенство спортивной школы, города, области, района) по различным видам спорта под девизом "Спорт против наркотиков", Спартакиада (города, области, района) под девизом "Спортивная школа — да! Наркотикам — нет!",

конкурс на лучшую творческую работу "Мой спортивный стиль жизни" и другие спортивные мероприятия профилактической направленности.

3.3. Профилактика применения допинга среди спортсменов.

3.3.1: Современные принципы применения фармакологических средств для восстановления и повышения работоспособности спортсмена.

Теоретические занятия

Факторы, лимитирующие работоспособность. Фармакологическое обеспечение этапов подготовки спортсменов: подготовительный период; базовый период; предсоревновательный период.

Сбалансированное питание и прием не запрещенных фармакологических веществ естественного и искусственного происхождения, способствующих обеспечению высокой работоспособности спортсменов.

Практические занятия

Составление индивидуальной фармакологической карты спортсмена в период подготовки и участия в соревнованиях в течение годового цикла.

Проведение разъяснительной работы среди спортсменов по применению различных фармакологических веществ и средств.

Индивидуальные консультации спортивного врача. Систематическая диспансеризация спортсменов.

3.3.2: Применение допинговых средств и методов: что нужно знать каждому спортсмену

Теоретические занятия

Лекарственные препараты и методы, применяемые спортсменами для искусственного, принудительного повышения работоспособности в период учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности.

Запрещенные вещества: 1) стимуляторы; 2) наркотики; 3) анаболические агенты; 4) диуретики; 5) пептидные гормоны, их аналоги и производные.

Запрещенные методы: 1) кровяной допинг; 2) физические, химические, фармакологические манипуляции искажения показателей мочи.

Наркотические анальгетики — лекарственные средства природного, полусинтетического и синтетического происхождения, имеющие выраженный болеутоляющий эффект с преимущественным влиянием на ЦНС, а также свойство вызывать психическую и физическую зависимость (наркоманию).

Практические занятия

Проведение разъяснительной работы среди спортсменов по недопустимости применения допинговых средств и методов. Индивидуальные консультации спортивного врача

3.3.3. Государственные меры профилактики допинга в спорте

Теоретические занятия

Деятельность Всемирного антидопингового агентства (ВАДА). Всемирный антидопинговый кодекс — универсальный документ, на котором основывается Всемирная антидопинговая программа.

Положение об организации и проведении антидопингового контроля в области физической культуры и спорта в Российской Федерации

Практические занятия

Семинар и обсуждение антидопинговых правил и допинг-контроля. Проведение разъяснительной работы о недопустимости применения допинговых средств и методов.

Распределение учебного материала осуществлять тренерами-преподавателями самостоятельно и формировать у спортсменов:

- представление о допинге в спорте и о его последствиях для спортсменов, общества и спорта высших достижений.

- представление о законодательных и программно-нормативных документах по антидопинговой политике в спорте.

- четкие ценностные морально-этические ориентации к принципам «Справедливой игры» в спорте.

- формировать отношение к допингу как резко негативное

- включать в Положения о соревнованиях пункта о необходимости подачи и подписи антидопинговой декларации спортсменами, тренерами-преподавателями, врачом.

7. Результаты организации деятельности обучающихся (личное и командное участие обучающихся в спортивных соревнованиях, конкурса, смотрах).

Улусные соревнования:

- Улусное первенство по национальным прыжкам за счет комплексной спартакиады школьников 19 ноября 2014г. с. Чурапча Л/А манеж ЧГИФКиС, Батарина Сайана-троеборье I место, Соловьев Миша-троеборье I место, Смирникова Аня II место, Догордурова Куннэй III место, Иванова Юлия III место, Захарова Арина III место, Строев Боря II место, Кузьмин Коля II место.
- Комплексная спартакиада среди наслегов Чурапчинского улуса 5.12.2014г. с. Чурапча МФСК им. А.И. Федотова, Батарина Сайана I место среди женщин, Строев Боря I место.
- Шиповка юных отборочный турнир по Л/А 1999-2000 г.р. с. Чурапча 13 февраля 2014 года, Красильникова Настя 60м-III место, 200м-II место, Батарина Сайана 60м-I место.
- Зимний чемпионат улуса по Л/А 27 февраля 2014г, Собакина Аята 60м-I место, Батарина Сайана 60м-III место.
- Улусный командный чемпионат школьной спартакиады 7 ноября 2015 года с. Чурапча, Соловьев Миша I место, Батарина Сайана I место, Дьячковская Карина II место, Смирникова Аня I место, Собакина Таня II место, Собакина Аня I место, Иванова Юлия II место, Заболоцкий Айсен II место, Васильев Артур III место, Хоютанов Вася II место.
- Чемпионат по якутским прыжкам среди школьников Чурапчинского улуса 23.12.16г, Беляев Антон I место, Смирникова Аня I место, Собакина Аня I место, Дьячковская Вероника I место, Иванова Юлия II место, Захаров Саша II место, Собакина Таня II место, Макаров Костя III место, Трофимова Дайаана III место, Заболоцкий Айсен III место, Оконешников Айхал III место, Петров Владик III место.
- Кубок федерации по якутским прыжкам Чурапчинского улуса 28 апреля 2016 года, с. Чурапча «Боотур Уус», Смирникова Аня III место, Собакина Аня I место, Игнатьев Афоня III место, Варламов Рустам III место, Петров Владик II место (кылыы), III место (ыстана).
- Спартакиада школьников Чурапчинского улуса 19 октября 2017 года, Л/А манеж ЧГИФКиС, в командном зачете I место. Рожин Саша I место, Беляев Антон I место, Сивцев Султан III место, Смирникова Аня I место, Собакина Таня II место, Монастырева Нарыйана III место, Собакина Аня I место, Макаров Костя II место, Захаров Саша III место, Иванова Юлия I место, Сивцева Люба III место, Оконешников Айаал II место, Заболоцкий Айсен III место.
- Летняя спартакиада школьников Чурапчинского улуса по Л/А, 27 мая 2017 года, с. Чурапча стадион «Боотур-Уус», Макаров Костя (бег 100м)-I место, Собакина Аня (длина) I место, Иванова Юлия (длина) I место, Романов Андрей (бег 1500м)-III место.

Заречные соревнования:

- Чемпионат по Л/А среди заречных улусов 13.11.14г. манеж ЧГИФКиС, Строев Боря 60 метров III место.
- Комплексная спартакиада школьников по Л/А 17 февраля 2018 года с. Чурапча, Л/А манеж ЧГИФКиС, Романов Андрей I место (бег 600м), Игнатъев Афоня II место (длина), Холгаев Афоня III место (бег 60м).

Республиканские соревнования:

- Республиканский турнир на призы ГБУ РС(Я) «РЦНВС им. В. Манчаары» среди школьников 1999-2000 г.р, 13.12.14г. г. Якутск СК «Модун», Батарина Сайана троеборье I место.
- Открытый турнир ИФКиС СВФУ им. М.К. Аммосова «Дебют XXI века» среди школьников 1996 и младше, 14.12.14г. г. Якутск СК «Модун», Батарина Сайана троеборье III место.
- Чемпионат республики среди школьников 14-16 февраля 2014г. г. Якутск, Красильникова Настя I место, Батарина Сайана I место.
- Спортивные игры народов саха. Намцы 2014г. Собакина Айта II место.
- Турнир памяти заслуженного тренера РС(Я) Абрамова М.Н 2014 год, Батарина Сайана I место, Красильникова Настя 3 место.
- Республиканский отборочный турнир по Л/А «шиповка юных» 19-20 февраля 2014г. с. Чурапча, Батарина Сайана тройной прыжок III место.
- Республиканский турнир на призы Федорова З.И 26 марта 2014г. Соловьев Миша I место, Красильникова Настя I место, Собакин Дима II место, Собакина Айта II место, Катаков Харысхан III место, Собакин Дьулус III место.
- Открытый турнир Усть-Алданского улуса 2 апреля 2014 года, Красильникова Настя II место.
- Республиканский турнир по Л/А 5 апреля 2014г, Красильникова Настя 60м-III место.
- Республиканский турнир «Весенние ласточки» 2014г, Красильникова Настя III место.
- Открытый республиканский турнир на призы заслуженного работника РС(Я) Федорова З.И, 26 марта 2014 года с. Чурапча МФСК им. А.И. Федотова. Соловьев Миша I место, Красильникова Настя I место, Собакин Дима II место, Собакина Айта II место.
- Открытый турнир улуса на призы Лаврова Д.Я 29 марта 2014г. Собакин Дима II место, Красильникова Настя II место, Соловьев Миша III место.
- Командный республиканский турнир кубок федерации по якутским прыжкам 5-6 декабря 2014 года, г. Якутск СК Триумф, участники Соловьев Миша, Батарина Сайана, Собакина Аня – в командном зачете II место.
- Республиканский турнир на призы Василия Манчаары 28 ноября 2015 года, г. Якутск СК Модун. Батарина Сайана I место.
- Спартакиада школьников РС(Я) «Олимпийские надежды» 16-19 июня 2015г. г. Якутск, стадион Туймаада, Батарина Сайана II место, Строев Борис II место.
- Турнир сильнейших прыгунов РС(Я) 7 марта 2015г. г. Якутск, СК Юность, Батарина Сайана II место, выполнила норму МС РС(Я).
- Первенство РС(Я) по якутским прыжкам среди школьников 13-15 марта 2015г. г. Якутск, стадион Туймаада, В командном зачете заняли I место. Участники Собакина Аня V место, Строев Боря V место, Соловьев Миша I место.
- Республиканский турнир легендарного прыгуна 60-х годов рекордсмена РС(Я) МС ЯАССР, РСФСР, П. Местникова. 21.03.15г. с. Борогонцы, Соловьев Миша I место по сумме троеборья.

- Открытый республиканский турнир на призы ЗР ФК З.И. Федорова. 27-28 февраля 2015г. с. Мырыла Чурапчинского района, Соловьев Миша I место, БатаринаСайанаI место, Смирникова АняIII место, Егорова Алина II место, Собакина Аня II место, Захарова Арина II место, Степанова Роза III место, Игнатьев АфоняII место, Варламов Рустам III место, Захаров Саша III место, Строев Боря II место, Хоютанов Вася II место.
- Республиканский турнир на призы Каратаева спартакиада школьников г.Якутск СК Туймаада. 20-22 февраля 2015 года, Соловьев Миша I место, БатаринаСайанаIместо (выполнила норму КМС РС(Я)).
- Республиканский турнир на призы Д.Р. Фелегонова, 18 апреля с.СулгаччыАмгинского улуса. Захаров Саша II место, Макаров Костя III место, Строев Боря II место.
- Республиканский турнир на призы А.А. Местникова среди 2001 г.р и младше, 28 марта 2015г. с.Борогонцы. Собакина Аня II место, Собакина ДаянаIII место.
- Открытый республиканский турнир по якутским прыжкам памяти П.Колосова 17 декабря 2015 года село Павловск М-К улус, Собакина Аня II место, Макаров Костя III место.
- Чемпионат республики РС(Я) по якутским прыжкам 25-27 марта 2016 года, Соловьев Миша I место, участники Смирникова Аня, Собакина Аня, в командном зачете I место.
- Открытый турнир на призы ЧСОШ 1 им. С.А. Новгородова в честь первого чемпиона Игр В. Манчаары В.Ф. Посельского, 30 января 2016 года, с.Чурапча МФСК им. А.И. Федотова, Смирникова Аня I место, Собакина Аня I место, Собакина Таня III место, Заболоцкий АйсенII место, Красильникова Милена II место, Сивцева Кристина I место (куобах), Игнатьев АфоняIII место, Макаров Костя III место, Сивцева Люба III место, Соловьев Миша I место.
- Республиканский турнир в памяти П. Колосова среди школьников 9 декабря 2017г, Макаров Костя I место (куобах), III место (троеборье), Собакина Аня II место (кылыы), II место (ыстана), II место (куобах), II (троеборье).
- Республиканский турнир на призы РЦНВС «Модун» им. В. Манчаары, 25-26 ноября 2017 года, Макаров Костя I место (куобах), Собакина Аня I место (кылыы), III место (ыстана), I место (куобах), II место (троеборье).
- Первенство РС(Я) по якутским национальным прыжкам среди школьников 17-19 февраль 2017 года г. Якутск, БатаринаСайанаII место.
- XX юбилейная спартакиада В. Манчаары 6-9 июня 2017 года, В-Виллюйский улус. Участники Собакина Аня, Иванова Юлия, в командном зачете II место.
- Лично-командное первенство РС(Я) по Якутским прыжкам среди школьников 17-19 февраля 2017 года, г. Якутск СК «Дохсун», Собакина Аня III место (кылыы), Макаров Костя I место (куобах), Иванова Юлия III место.
- Первенство РС(Я) среди школьников по якутским прыжкам 20-21 мая 2017 года с.Намцы, Собакина Аня III место, Макаров Костя I место (куобах).
- Открытый турнир на призы ЧСОШ им. С.А. Новгородова в честь первого чемпиона игр В. Манчаары по якутским прыжкам В.Ф. Посельского, с.Чурапча МФСК им. А.И. Федотова 17.03.2017г, Сивцева Люба III место, Заболоцкий АйсенII место, Смирникова Аня III место, Павлов Алеша III место, Собакина Аня II место, Иванова Юлия III место.
- Первенство РС(Я) среди школьников по якутским прыжкам 17-18 февраля 2018г. Собакина Аня II место (кылыы), III место (куобах), III место (троеборье).
- XX спартакиада игр В. Манчаары В-Виллюйск 6-9 июня 2017г, БатаринаСайаанаII место (ыстанга), Строев Борис абсолютный чемпион.

- Открытый командный чемпионат по северному многоборью на призы К.Н. Туприна, с 3 по 7 апреля 2018 года г.Якутск, Иванова Юлия 3 место тройной прыжок, 2 место бег на 1 км.

Международные соревнования:

- Международный турнир по легкой атлетике «Мемориал Антипова» 29-30 января 2016 года, Батарина Сайана I место по якутским прыжкам, IV место по прыжкам в длину с разбега.

8.Участие в работе педагогических, методических советов, других формах методической работы, в подготовке и проведении родительских собраний, оздоровительных, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных образовательной программой, в организации и проведении методической и консультативной помощи родителям, лицам, их заменяющим.

№	Наименование системы взаимодействия	Тема	Год
1	Посещение родительских собраний	пропаганда ЗОЖ, ознакомление якутских прыжков, набор детей.	сентябрь каждого учебного года.
2	Индивидуальные беседы с воспитанниками и их родителями	о индивидуальных методах тренировки, успехах, состоянии здоровья, поведении воспитанника.	в течении учебного года.
3	Совместные мероприятия с ЧСОШ им. С.А. Новгородова	Соревнования, конкурсы.	в течении учебного года.
4	Совместные мероприятия с родителями	Посещение музеев, спортивных учреждений.	в течении учебного года.
5	Консультации родителей (законных представителей)	о профилактике травматизма, мер поведения на выездах, питании, витаминизации, каникулярных дней.	в течении учебного года.

10.Распространение собственного педагогического опыта. Наличие публикаций, включая интернет-публикации.

№	Год	Название	Результат
1	24 октября 2014 год.	Открытый урок на тему "Якутские национальные прыжки" на республиканских курсах, научно-практических конференциях, семинарах, педагогических чтениях работников образования РС(Я).	Сертификат о распространении опыта.
2	17 апреля 2012 год.	Улусный семинар учителей физической культуры и ОБЖ, за проведение мастер класса по организации массового спорта в школе.	Сертификат о распространении опыта.
3	2013г.	фестиваля учителей физической культуры и школьников РС(Я) в номинации "мастер класс конкурс среди учителей физической культуры"	Сертификат участника.
4	март 2010г	Улусный семинар	Сертификат о распространении опыта.
5	2018г.	Доклад по теме "Модернизация урока физической культуры с использованием национальных прыжков" на республиканских курсах, научно-практических конференциях, семинарах, педагогических чтениях работников образования РС(Я).	Сертификат о распространении опыта.
6	март 2018 год.	Проведение мастер класса на открытой конференции родителей посвященный Кириллу Кирилловичу Пермякову	Подтверждающее письмо.

11.Разработка и внедрение авторских программ, методических пособий, игр, цифровых образовательных ресурсов.

- 1.Доклад на тему: Модернизация урока физической культуры с использованием национальных прыжков.
- 2.Педагогический эксперимент пропагандийская работа ЗОЖ (презентация PowerPoint).
- 3.Проект «Детская спортивная площадка» утвержден кураторским советом ЧСОШ им. С.А. Новгородова.
- 4.Соавтор проекта «Развитие национальных видов спорта в сельской местности» утвержден районным советом федерации по якутским прыжкам.

12.Выступления на научно-практических конференциях, педчтениях, семинарах, секциях, проведение открытых занятий, мастер – классов и др.

- 1.Грамота занявшие II место на улусном конкурсе семейного чтения «Мы-достойные сыновья своей родины!» приуроченной ко «Дню сына» в РС(Я).
- 2.Сертификат участника Деловой программы Международного спортивного форума «Россия-спортивная держава».
- 3.Сертификат о распространении опыта за открытый урок на тему "Якутские национальные прыжки" на республиканских курсах, научно-практических конференциях, семинарах, педагогических чтениях работников образования РС(Я) 24 октября 2014 год, г.Якутск.
- 4.Сертификат о распространении опыта на улусном семинаре учителей физической культуры и ОБЖ, за проведение мастер класса по организации массового спорта в школе 17 апреля 2012 год.

5. Сертификат участника фестиваля учителей физической культуры и школьников РС(Я) в номинации "мастер класс конкурс среди учителей физической культуры" г.Якутск 2013г.
6. Сертификат в том что его опыт распространен на улусном семинаре, март 2010г.
- 7.Сертификат о распространении опыта доклад по теме "Модернизация урока физической культуры с использованием национальных прыжков" на республиканских курсах, научно-практических конференциях, семинарах, педагогических чтениях работников образования РС(Я) г.Якутск, 2018г.
- 7.Подтверждающее письмо за проведение мастер класса на открытой конференции родителей посвященный Кириллу Кирилловичу Пермякову март 2018 год.

13.Участие в муниципальных, региональных, и федеральных профессиональных конкурсах.

- 1.Сертификат участника Деловой программы Международного спортивного форума «Россия-спортивная держава».
- 2.Сертификат участника фестиваля учителей физической культуры и школьников РС(Я) в номинации "мастер класс конкурс среди учителей физической культуры" г.Якутск 2013г.
- 3.Спартакиада по национальным видам спорта«ИгрыВ.Манчаары» 1997г. г.НьурбаIII место по многоборью, 1993г,г.Покровс выполнил норму Мастера спорта РС(Я) по якутским прыжкам. 1995г, с.Тюнгюлю участник по якутским прыжкам.
4. 1996г. с.Борогонцы Спартакиада игр народов саха шведская эстафета I место.
5. 1996г. III место чемпионат республики по волейболу, команда «Туймаада».
6. Супер финал по волейболу 1994г-Im, 1995г-III, 1996г-III.
- 7.1997г. Участник Чемпионата республики по волейболу среди общеобразовательных учреждений РС(Я).

14.Общественная деятельность (работа в профкоме, экспертной комиссии, общественной организации, МО организации, муниципальном МО, КМО, выполнение функций наставника (результативность стажера-подопечного) и.т.д.).

- 1.Член федерации по якутским прыжкам Чурапчинского улуса.
- 2.Член профсоюза ЧСОШ имени С.А. Новгородова.
- 3.Член сборной команды Чурапчинского улуса среди ветеранов по волейболу, Национальным настольным играм (хабылык-хаамыска).
- 4.Мастер спорта РС(Я) по якутским национальным прыжкам.
- 5.Отличник физической культуры и спорта РС(Я).

15.Звания, награды, поощрения, благодарность, грант.

- 1.Благодарственное письмо Федерация профсоюзов РС (Я), 2009г- Грамота Президиум Рескома профсоюза РС (Я).
- 2.2008г – Благодарственноеписьмо Государственного комитета РС (Я) по физической культуре и спорту.
- 3.2010 – Почетная грамота Исполнительный комитет Профсоюза работников народного образования и науки РФ.
- 4.2010г- Почетная грамота МО РС (Я).
- 5.2013 г. –Грамота Республиканского центра физического воспитания и детско-юношеского спорта. МО РС (Я).

6.2015г Лучший тренер Чурапчинского улуса.

7.2016г – Отличник физической культуры и спорта РС (Я).

8.2017г-Лучший учитель физической культуры Чурапчинского улуса.

16.Повышение квалификации.

1.Удостоверение о повышении квалификации 12 апреля 2014г по 18 апреля 14г, на ФГБОУ ВПО "Чурапчинский государственный институт ФК и спорта" по программе "Физическая культура и спорт в системе образования" регистрационный номер 495, г.Якутск 2014 год.

2.Удостоверение о повышении квалификации ПК №0169150 регистрационный номер 2259, с 19 января 17г по 21 января 17 года, на ФГБОУ ВО "Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта" по теме "Методические рекомендации по проведению школьного и муниципального этапов Всероссийской олимпиады школьников по предмету "Физическая культура", Чурапчинский район 2017г.

3.Удостоверение о повышении квалификации регистрационный номер 1416418, дата выдачи 02.02.2017 год, АНО ДПО "Центр инновационного развития образования" (свидетельство №3161447000097504, по дополнительной профессиональной программе "ФГОС индивидуализация и компетентностное измерение качества образования".

4.Свидетельство о повышении квалификации прошел обучение в Институте развития образования и повышения квалификации по «Формирование компетентностей обучающихся в условиях сельской школы» регистрационный номер 1985, г.Якутск.