

25-26 ОКТЯБРЯ 2014г. В ШКОЛЕ №547 СОСТОЯЛСЯ МЕЖДУНАРОДНЫЙ СЕМИНАР ПО ДЖИУ-ДЖИТСУ



Семинар по джиу-джитсу проводили мастера международного класса: J. S. Bertoletti (SHIKI 9 dan, Италия) - президент WJFF/WJJKO, David Toney (SHIHAN 7 dan, Ирландия), Kamen Radev (SHIHAN 5 dan, Болгария). Своим опытом и знаниями делились "семь самураев": Peter James Cooke, Gary Spence, Gerald Tollerton, Ryan John Patterson, Ryan David Avery, John Joseph Rosborough и Michael Patrick Graham — гости из Ирландии. Все участники семинара имели возможность тренироваться под руководством каждого из приглашенных инструкторов, задавать им вопросы.

На торжественной части семинара международной аттестационной комиссией во главе с Bertoletti (SHIKI 9 dan, Италия) были присвоены: Александру Брюзгину (Москва) - 6 дан, Александру Кравчуку (Мурманск) - звание уровня Shihan, Сергею Олейнику (Москва) - звание уровня Yudansha Koden Enshi Ryu, Дмитрию Богатырёву (Москва) - 3 дан, Анастасии Шуликиной (Новосибирск) - 1 дан.

Показательное выступление J.S. Bertoletti suemonogiri-

разрубание бамбука - заворожило как детей, так и взрослых. В этот момент каждый задумался о том, зачем мы живем, что оставим после себя в коридорах времени, как скоротечна наша жизнь и как важен внутренний стержень, который позволяет оставаться Человеком в любой ситуации.

Быстро пролетели два дня замечательного спортивного праздника и огромной работы каждого над собой. Осталась легкая боль в мышцах, ощущение удовлетворенности, воспоминания об улыбающемся Шике и его: «enjoy» и уверенность в том, что главное состязание у каждого впереди.

Выражаем огромную благодарность организаторам семинара, участникам и мастерам.

Особую признательность хотим выразить Алексею Петрову, Игорю Кайгородову, Владимиру Зиновьеву и Ксении Одиноквым, Дмитрию Богатырёву, Денису Чекушину, Владимиру Такташову, Сергею Олейнику.

Благодарим руководство и администрацию Школы № 547 в лице её директора Белоусовой Ольги Андреевны.



Как помочь ребенку проснуться утром

Многим родителям, я думаю, знакома ситуация, когда любимое чадо вечером никак не уложить, а утром никак не поднять в детский сад или в школу. Особенно тяжело бывает это сделать в понедельник. Ведь ни для кого не секрет, что в выходные мы даем себе возможность выспаться. После субботы и воскресения у большинства детей сбивается привычный режим дня. А дефицит сна очень неблагоприятно сказывается на полноценном развитии ребенка. Я предлагаю несколько советов, для того чтобы утро было всегда добрым:

1. С вечера сложить всё необходимое в рюкзак и приготовить одежду и обувь, в которой ребенок утром пойдет в детский сад или школу.

2. Шумные и подвижные игры прекращайте за 1,5-2 часа до сна. В это время лучше почитать ребенку или заняться спокойным видом деятельности.



3. Старайтесь не баловать детей вечером шоколадными конфетами или сладкой газировкой. Лучший вариант перед сном - стакан теплого молока.

4. Вечерний теплый душ поможет снять дневное напряжение и может стать приятным ритуалом перед сном.

5. Укладывайте ребенка спать не позднее 22 часов.

6. Утром разбудите ребенка на 5-10 минут раньше, чтобы он мог еще немного «понежиться» в кровати.

7. Введите утренний ритуал: проснулся - улыбнулся - потянулся - умылся - позавтракал - оделся.

8. Создайте утром веселую и доброжелательную атмосферу, мотивируйте ребенка на успех.

Желаю удачи! И пусть каждое ваше утро будет добрым!

Лучшева С. Я., психолог ДО «Ландыш»





Что такое айкидо?

В корпусе № 1, Малая Тульская, д.15, открылась секция **Айкидо**.

У нас в гостях руководитель секции, тренер клуба «Гакумон додзе» Дмитрий Викторович Родин. В школе есть секции карате и дзюдо, но мало кто знает, в чем различие между этими видами боевых искусств.

Мы решили восполнить этот пробел и задали Дмитрию Викторовичу несколько вопросов.



Что такое айкидо?

-На начальном этапе это всего лишь комплекс физических упражнений, мало чем отличающийся от такого же комплекса дзюдо или спортивной гимнастики: новичков учат стоять, ходить, сидеть и падать, укрепляя их тело в процессе занятий. В дальнейшем айкидока (человек, практикующий айкидо) учится реализовывать стандартные методы (приемы) в стандартных атаках - изучает «ката», сначала, как правило, в силовой манере. Но по мере роста мастерства сила уступает свое место технике, а техника в айкидо - это «чувствование» партнера, его движения, структуры его тела, положения его центра тяжести, «слияние» с партнером и разрушение агрессии противника изнутри.

Чем в плане техники айкидо отличается от карате или дзюдо?

-Если искать различия именно в технических элементах, то дзюдо наиболее близко из всех других популярных единоборств к айкидо, у них общий принцип «гибкого пути». Отличие заключается в том, что спортивное дзюдо в «тачи-вадза» работает исключительно с центром тяжести соперника с целью выведения его за зону опоры и лишением возможности восстановить равновесие. Айкидо направлено на те же цели, но помимо работы с центром тяжести оппонента использует для броска болевые воздействия. Карате значительно отличается от айкидо. Если в карате вторая сторона конфликта - агрессор, подлежащий наказанию, то в конфликте, с точки зрения айкидо, нет никакой второй стороны - это как упасть в шторм за борт: вы же не беретесь наказывать волны, барахтаясь в воде, ваша задача просто выйти из сложившейся ситуации с наименьшими для себя потерями, а

не наказывать кого-то за нее. Атака на вас агрессивного человека - это точно такая же ситуация.

Вы представляете клуб «Гакумон-додзе», расскажите о клубе.

-Наш клуб основан в 1992 году. Название клуба, по просьбе его руководителя, было предложено куратором клуба, шиханом, обладателем 7 дана айкидо Айкикай Кристианом Тисье. В переводе с японского слово «гакумон» означает постижение. На сегодняшний день клуб объединяет несколько тысяч учеников, занимающихся в Москве, Санкт-Петербурге, Новосибирске, Омске, Кемерово, Барнауле, Ярославле, Воронеже и ряде других городов России. Руководителем клуба является Михаил Сафронов (5 дан айкидо Айкикай), куратором - шихан Кристиан Тисье (7 дан айкидо Айкикай).

Что нужно для того, чтобы заниматься айкидо? С какого возраста лучше начинать занятия?

-Для занятий айкидо нужно только одно - желание, или, вернее, намерение. Ибо желание вещь скоротечная - сегодня оно есть, а завтра его нет. Намерение же - это осознание, чего вы хотите добиться, ради чего вы приходите заниматься, чем вы ради этого готовы пожертвовать. Нет смысла начинать заниматься изучением чего-либо вследствие минутной прихоти, для того чтобы бросить это через месяц. Вопрос возраста - вопрос индивидуальный. Для кого-то в 5-6 лет рано, для других в самый раз. Лично мое мнение, что изучать элементы айкидо можно начинать с 6-7 лет. Заниматься же айкидо как специфической дисциплиной разумно лет с 12 и старше.

Ваши занятия называются «ОЭП с элементами айкидо». Не будет ли лучшим решением для желающего найти секцию, где преподают айкидо, а ОЭП заниматься на уроках физической культуры?

Нет, лучше не будет. Термин «айкидо» в таких секциях не более чем рекламный ход. Есть два обстоятельства, которые делают это заявление ложным. Первое, возрастной ценз - возрастные особенности физического развития, характерные для определенного возраста и обусловленная ими направленность физических упражнений, которые в состоянии выполнять ребенок. В методике физической и спортивной тренировки существует правило формирования групп по уровню «спортивного мастерства». Новичков зачисляют в группы начальной подготовки. Соотношение специальной и общефизической подготовки незначительно различается в зависимости от конкретного вида спорта: 60-70% занятий - это общефизическая работа, а лишь 30% - работа специальная (отработка техники, специфичной для конкретного вида). Так что, как группу ни назови, новички все равно в любой группе будут заниматься «ОЭП с элементами». Это не я придумал - это основополагающий принцип спортивной науки. А вот если вам «повезет» попасть в секцию, где 7-8 -летних детей первого года обучения будут обучать 70-80% времени «приемчикам», то стоит задуматься, к какому тренеру вы попали и является ли он вообще педагогом.



Интересные факты о бадминтоне:

Сколько "пробегают" игрок за один матч?

Если суммировать все передвижения бадминтониста за игру, включая ускорения, рывки, прыжки, то в длину он "набежит" до 6 километров, а в высоту - километр.

Бадминтон - самый быстрый ракеточный вид спорта!

Бадминтон - самый быстрый ракеточный вид спорта. Скорость полета волана может достигать 414 км/час.

Сколько ударов можно сделать за один матч?

Максимальное количество ударов, зафиксированное в матче - 19725.

Пульс во время игры в бадминтон... Бадминтонист высокого класса может играть на пульсе 200 и более ударов в минуту.



1 ноября 2014 года прошли окружные соревнования по бадминтону, посвященные 70-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945г.г. Команда нашей школы заняла 2 место и была награждена кубком, грамотой и медалями.



В школе организована секция по обучению игре в бадминтон. Занятия проводит педагог дополнительного образования

**Данилова
Ирина Владимировна.**
Контактный телефон
8-903-685-86-61.



С 10 по 18 ноября 2014 г. на базе школы № 2016 проходил турнир по мини-футболу среди воспитанников дополнительного образования Южного округа города Москвы. В соревнованиях, которые проходили по олимпийской системе, принимали участие юноши 1997-1998 года рождения.

Учащиеся нашей школы № 547 под руководством старшего тренера Даниловского района по футболу Плешакова А.Н. и учителя физической культуры Левштанова Д.Н. заняли первое место.

Наши юные спортсмены и их тренеры Плешаков А.Н. и Левштанов Д.Н. прошли трудный путь к победе. В первой игре с ко-

ФУТБОЛ! Мы победили!



мандой школы № 629 наши ребята выиграли со счетом 7:3. Во второй игре с хозяевами школы № 2016 наши футболисты выиграли со счетом 12:7. В полуфинале наша команда обыграла школу № 426 со счетом 8:4 и победила в финале со счетом 10:5 достойных соперников из школы № 879.

Имена чемпионов: Беляев Б., Гюн Д., Евсеев М., Веденин В.. В декабре нашим ребятам предстоит защищать спортивную честь Южного округа на городских соревнованиях.

Пожелаем им красивого футбола и успеха!

Учиться будем весело, чтоб хорошо учиться!

Как-то раз Елена Михайловна, наша учительница русского языка, предложила нам сыграть в викторину. Мы разделились на две команды, распределили обязанности и через неделю провели игру.

В кабинете русского языка царил покой, было шумно, все волновалось... В начале нашей викторины капитаны команд рассказали о названии своей команды и об эмблеме. Одна команда называлась «Лингвисты», а другая - «Суффиксы». Затем настало самое интересное!

Ребята задавали вопросы противоположной команде, а та отвечала на них, затем наоборот. Мы ответили на все вопросы верно. Затем на доске были прикреплены листы со

словами, в которые мы должны были вставить букву. Наша команда набрала меньше очков, но мы не переживали, так как впереди еще было много конкурсов.

Елена Михайловна раздала капитанам листы с текстом и заданиями. Необходимо было раскрыть правильно скобки и расставить знаки препинания. Все ребята в команде сбились в кучку и начали выполнять задание. Здесь мы одержали победу над командой «Суффиксы». Потом мы писали слова на новую орфограмму. Борьба была тяжелой,



но «Лингвисты» одержали победу над «Суффиксами».

Далее капитанов ожидало сражение. Они должны были правильно распределить слова с приставками - при- и пре-. И вновь мы не добрали нужных очков! Последняя надежда была на сказки, которые сочиняли Шумкина Е. и Евтюхина А. И вот у команды «Лингвисты» стало больше очков, чем у противоположной команды. Но это не конец: у нас отняли 20 баллов, так как один член нашей команды почему-то оказался в команде противника. Мы расстроились! На следующий день Елена Михайловна подсчитала баллы, и победителем этой игры стала команда «Лингвисты»!!! Вот такая напряженная, веселая и интересная была игра!

Автор: Евтюхина А., 6Б

Сказка про девочку Иру

Жила-была девочка Ира. Она училась в шестом классе. На уроках Ира не слушала учителей, болтала с подружкой или рисовала в тетради.

Однажды на уроке русского языка учительница объясняла новую тему, а Ира рисовала цветочек в тетрадке. Учительница каждый раз ругала девочку, но она не слушалась. Даже замечания в дневнике не помогали! Темой урока были корни: -пир-/-пер-, -тир-/-тер-, -мир-/-мер-... В качестве домашнего задания учительница задала написать слова с корнями, пройденными на уроке.

Ира пришла домой, поела, посмотрела телевизор, погуляла, поболтала по телефону и села делать уроки уже вечером. Ей хотелось спать, буквы прыгали вверх-вниз, но она выполнила задание и легла спать. Написала она неграмотно, неаккуратно, испачкав половину листа джемом.

Ночью, пока она спала, стали происходить волшебные вещи! Ее тетрадь открылась! Это был не ветер! Она открылась сама по себе. Вдруг буквы стали выпуклые, у них появились ручки, ножки и лицо. Слова «перья, пир, мир, мерить, тереть, тир» вышли из бумаги. Но они были написаны не так. Перья стали «пирья», тереть превратилось в «тиреть».

Слова были возмущены... Они швырялись грифельными, котопрышки на столе, пачкали друг друга и даже сделали дыру в тетради. С другой страницы к ним пришли слова «скакать», «заскачить» и «макать». Они тоже были злы на Иру. Вдруг с

тумбы упала ваза и раздалось мяуканье. Ира проснулась. Она встала и подошла к столу, на котором увидела раскрытую тетрадь. Девочка испугалась, когда увидела дыру и пустые страницы, ущипнула себя и подумала, что это сон. Но это было наяву!

Ира решила умыться и написать все заново. Когда она ушла из комнаты, слова вылезли из-за коробки с конфетами и решили отомстить ей. Они опрокинули ей краску на стол, смазали страницы клеем и склеили их. Девочка вернулась и ахнула от удивления. Подумав, что это сделал ее кот, она отругала его. Но кот фыркнул и ушел. Девочка заплакала. Слова вылезли из своего убежища и грустно посмотрели на школьницу. Слово «пир» сказала:

-Ира, ты поступаешь очень плохо! Почему ты не хочешь учиться?

Ира посмотрела на него удивленно и ответила, что рада бы, но у нее не получается, ей мешает все, что развлекает детей.

Тогда слова решили ей помочь. Каждый день они делали с Ирой домашние задания, и через три месяца она стала хорошо учиться. С тех пор слова стали ее друзьями, которые ей во всем помогали и, когда все домашние задания были сделаны, развлекали ее.

Вот видите, что бывает, если не учить правила и не слушать учителя! Учитесь все на «четыре» и «пять».
Автор: Евтюхина А., 6Б

Адрес: 115191, г.Москва,
ул. Малая Тульская, д. 15
Эл. почта: otr547@mail.ru
Сайт: <http://www.547.ru/>