

# СИЛА И ГРАЦИЯ

Внеурочная деятельность  
физкультурно-оздоровительной и  
спортивно-массовой работы в  
МБОУ ПГО «ОСОШ»

Руководитель: Хабибуллина С.В.

**Цель** внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Сила и грация» — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей учащихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основные формы организации внеурочной деятельности «Сила и грация» – физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

# «ФУТБОЛЬНАЯ СТРАНА»



2 место 2001-2003 г.р.

Молокитин Алексей  
Азимов Ахиль  
Обоскалов Егор

Баштовенко Александр  
Мезетов Максим  
Звездин Алексей

ЛЕКАДА БЕГА



# Декада бега

1 место

2002-2004 г.р. Чистяков Сергей  
Ступина Кристина

2005-2006 г.р. Дубровин Сергей  
Иванова Вика

2007-2008 г.р. Цвях Данил  
Старикова Карина

2009-2010 г.р. Новосёлов Савелий  
Чупина Виктория

2 место

Бурмин Кирилл  
Терехова Настя

Азимов Ахиль  
Булатова Настя

Макаров Руслан  
Звездина Елена

Шиковский Ваня  
Иванова Алина

3 место

Здерихин Артем  
Булатова Наташа

Мещеряков Илья  
Денисова Ирина

Аныгин Кирилл  
Анохина Женя

Полуяхтов Юра  
Иванова Софья



# ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕНЬ БЕГА «КРОСС НАЦИИ» ШГО



Ступина Кристина



Дубровин Сергей



Денисова Ирина

# ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕНЬ БЕГА «КРОСС НАЦИИ» ПГО



Чупина  
Виктория



Новосёлов  
Савелий



Старикова  
Карина



Макаров  
Руслан

# РАЙОННЫЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ СЛЕТ «ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ»



Молокитин Алексей, Берегова Дарья, Шиковский Данил, Селезнёва Юлия, Баштовенко Александр, Моргуль Алексей, Макаров Сергей, Ступина Кристина, Бочкарева Татьяна, Азимов Ахиль, Богатырев Виталий, Тагирова Валерия, Наумова Полина, Бурмин Кирилл, Зырянов Андрей, Кунгурцева Ульяна, Андриянова Екатерина, Литуновская Евгения, Берестова Наталья.



# РАЙОННЫЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ СЛЕТ «ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ»



## Старшая группа

- 3 место «Узлы»
- 2 место Командная дистанция
- 3 место Маршрут выживания
- 3 место Общекомандное

## Младшая группа

- 2 место Командная дистанция
- 2 место Маршрут выживания
- 2 место Общекомандное



# ЗАБЕГ «ТРИФОНОВСКИЕ ВЕРСТЫ»



# Муниципальный тур предметной олимпиады по физической культуре

3 место	11 класс	Жаугаштина Ека
2 место	10 класс	Мезет
2 место	10 класс	
3 место	9 класс	Устинов Арсентий
3 место	9 класс	Селезнёва Юлия

# ПЕРВЕНСТВО ШКОЛ ПО БАСКЕТБОЛУ



Рыжкова Валерия, Зайкова Татьяна, Уварова Мария, Кайгородова Анастасия, Селезнёва Юлия, Жаугаштина Екатерина, Уфимцева Ирина, Борш Ильяна, Зотова Анастасия, Печёркина Полина, Некрасова Валерия, Лизунова Анна, Тагирова Валерия, Бочкарёва Татьяна, Ступина Кристина.

# ПЕРВЕНСТВО ШКОЛ ПО БАСКЕТБОЛУ



Земнухов Данил  
Гайдуков Матвей  
Клементьев Артём

Молокитин Алексей  
Мезетов Максим

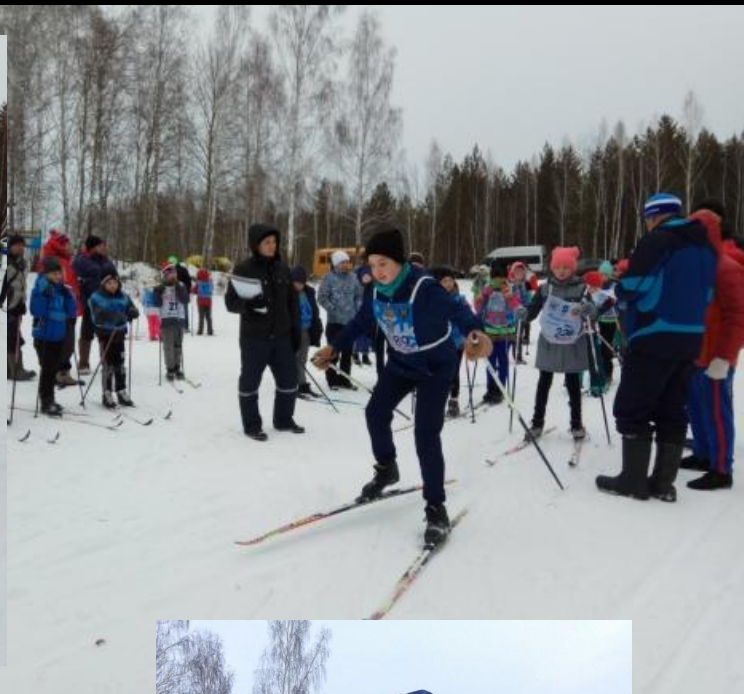
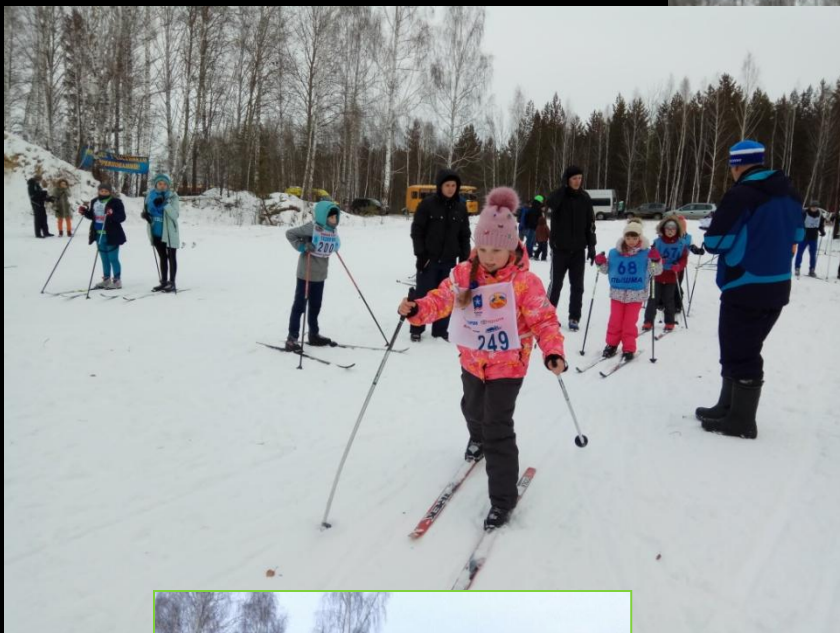
Тимофеев Роман  
Пульников Евгений

# Первенство ПГО по лыжным гонкам «Открытие сезона»



Мосина Александра    Иванова Анна    Подкорытова Дарья    Уфимцева Светлана

# ПЕРВЕНСТВО ШГО ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ «ОТКРЫТИЕ СЕЗОНА»



Дубровин Сергей



Устинов Арсентий



# Спартакиада по настольным играм Пышминского ГО среди учащихся



Кочетов Андрей, Наумова Арина, Берестова Наталья, Ручинскас Никита,  
Бочкарёва Татьяна, Ступина Кристина, Прядко Иван

# СПАРТАКИАДА ПО НАСТОЛЬНЫМ ИГРАМ



# Лыжные гонки «Спринт на приз Ивкина Н.Ф.»



Устинов Арсентий



Чистяков Сергей



Дубровин Сергей

# Всероссийские соревнования «Лыжня России»



Чернышова Ирина

Новосёлова Алина

Головырских Татьяна

# «ЛЫЖНЯ РОССИИ»



Дубровин Сергей



Полуяхтов Юрий

# Соревнования по баскетболу «Кубок Свяжина Ф.М.»



# Соревнования ПГО по биатлону



Чистяков Здерихин Мосина Иванова Кикас Кикас Ширковский Селезнёва  
Сергей Артём Александра Анна Николай Елизавета Николай Оксана

# Соревнования ПГО по биатлону



Мещеряков Дубровин Иванова Звезда Селезнёва Кайгородова Мезетов Устинов  
Илья Сергей Виктория Елена Юлия Анастасия Илтья Арсентий



# Фестиваль талантов «Танцы, танцы, танцы»



# Соревнования по лыжным гонкам «Лыжня зовёт» - 1 место + кубок (общекомандное)



Аныгин Кирилл

Дубровин Мергей



Устинов Арсентий

Мезетов Илья

# СОРЕВНОВАНИЯ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ «ЛЫЖНЯ ЗОВЁТ»



Подкорытова Дарья



Иванова Анна



Мосина Александра

# СОРЕВНОВАНИЯ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ «ЛЫЖНЯ ЗОВЁТ»



Мезетов Максим    Клементьев Артём

Здерихин Артём

Чистяков Сергей

# Зимний комплекс ВФСК ГТО



# Первенство ПГО по лыжным гонкам «Закрытие сезона»



Аныгин Кирилл, Загудаев Матвей, Аныгин Илья, Русин Дмитрий, Сенцов Дмитрий, Федотиков Кирилл, Козионов Роман, Уфимцева Светлана, Кайгородова Анастасия, Звезда Елена, Сенцов савелий, Чернышева Евгения, Иванова Виктория, Дубровин Сергей, Иванова Анна, Мещеряков Илья, Мосина

# «ПРЕЗИДЕНТСКИЕ СОСТЯЗАНИЯ» - 1 МЕСТО + КУБОК



Кунгурцева Ульяна, Старикова Виктория, Тагирова Валерия,  
Берестова Наталья, Зырянов Андрей, Здрихин Артем, Богатырев  
Виталий, Бурмин Кирилл, Наумова Полина, Лизунова Анна,  
Ступин Владимир

# ВСТРЕЧИ ПО ВОЛЕЙБОЛУ





# Физкультурно-оздоровительная деятельность



ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ





Тимофеев Роман 11	Устинов Арсентий 9б	Ваганов Анатолий 7а	Бортников Влад 7б	Сенцов Дмитрий 4б
Земнухов Данил 11	Мезетов Илья 9б	Зырянов Андрей 7а	Дубровин Сергей 6а	Русин Дмитрий 4б
Жаугаштина Катя11	Баштовенко Саша 9б	Бурмин Кирилл 7а	Вахнин Фёдор 6а	Старикова Карина 3б
Кобелева Светлана 11	Звездин Алексей 9б	Никонов Никита 7а	Дорофеев Виктор 6а	Сенцов Савелий 3б
Борш Иляна 11	Обоскалов Егор 9б	Кунгурцева Ульяна 7а	Иванова Виктория 6а	Козионов Роман 3б
Зотова Анастасия11	Ступина Кристина 8а	Иванова Анна 7а	Кикас Елизавета 6а	Исмагилов Ерамир 3б
Молокитин Алексей 10	Бочкарева Татьяна 8а	Мосина Александра 7а	Булатова Анастасия 6б	Федотиков Кирилл 3б
Клементьев Артем 10	Рыжкова Валерия 8а	Андриянова Екатерина 7а	Терехова Анастасия 6б	Царегородцева Лиза 3в
Зайкова Татьяна 10	Моргуль Алексей 8а	Литуновская Евгения 7а	Денисова Ирина 5а	Подкорытова Дарья 3в
Мезетов Максим 10	Макаров Сергей 8а	Берестова Наталья 7а	Мещеряков Илья 5б	Уфимцева Светлана 3в
Берегова Дарья 10	Токазин Кирилл 8а	Ступин Владимир 7а	Звездина Елена 5б	Шиковский Иван 2а
Шиковский Данил 9а	Пульников Евгений8а	Азимов Ахиль 7б	Мартышева Дарья 5б	Полуяхтов Юрий 2а
Садченко Юрий 9а	Прядко Иван 8а	Здерихин Артем 7б	Иванова Наташа 5б	Новоселов Савелий 2а
Чернышов Сергей 9а	Кочетов Андрей 8а	Чистяков Сергей 7б	Саночкина Вера 5б	Чупина Виктория 2а
Ручинскас Никита 9а	Чупин Никита 8а	Богатырев Виталий 7б	Селезнёва Оксана 5б	Иванова Алина 2а
Уфимцева Ирина 9б	Лукиянов Алексей 8а	Трубин Алексей 7б	Хохрякова Лидия 5б	Иванова Софья 2а
Уварова Мария 9б	Ширковский Коля 8б	Тагирова Валерия 7б	Аныгин Илья 5в	Новосёлова Алина 2б
Кайгородова Настя 9б	Кикас Николай 8б	Наумова Полина 7б	Аныгин Кирилл 4а	Чернышова Ирина 2б
Селезнёва Юлия 9б	Пушников Данил 8б	Лизунова Анна 7б	Цвях Данил 4а	Загудаев Матвей 2б
Булатова Наталья 9б	Гайдуков Матвей 8б	Старикова Виктория 7б	Макаров Руслан 4а	Иванова Дарья 1а
Куваев Александр 9б	Печеркина Полина 8б	Иванов Дмитрий 7б	Анохина Евгения 4б	Головырских Татьяна 1б