

Республика Саха (Якутия)  
Усть-Алданский район

**«РОЛЬ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВНЕУРОЧНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЕ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА  
ОБРАЗОВАНИЯ».**

**Румянцев А.С, учитель физической культуры  
МБОУ «Мюрюнская СОШ-2»**

---

2018

**Основная цель** внеклассных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей обучающихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным тренировкам.

Применение национальных видов спорта для укрепления здоровья.

**Исходя из цели подготовки, в процессе обучения и тренировки решаются следующие основные задачи :**

1. Укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие
2. Достижение высокого уровня основных физических качеств и совершенное овладение техникой и тактикой мас-рестлинга
3. Достижение высокого уровня спортивной подготовленности и приобретения навыков их реализации в условиях соревнований
4. Воспитание высоких моральных, волевых качеств
5. Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях укрепления здоровья .



---

В условиях Крайнего севера народ саха воспитывал подрастающее поколение, используя своеобразные физические упражнения, которые формировались и совершенствовались на протяжении многих поколений и служили народу для поддержания физического здоровья этноса. В данное время Якутские прыжки, хапсагай, мас–тардыьы от народной забавы переросли в самобытные виды спорта. С выходом на российскую, международную арену он получил современное название – мас-рестлинг. Уникальность этого вида единоборств в том, что аналогов ему, нет больше нигде в мире. Сегодня этим видом занимаются в более чем 40 регионах страны и в 20 государствах, четырех континентов мира.

Секция мас–рестлинг МБОУ «Мюрюнская СОШ №2» Усть –Алданского улуса РС (Я) под руководством Румянцева Александра Семеновича начала работу с 2008 года. Секцию посещают более 20 учащихся с 5 по 11 класс. Основной формой проведения учебно-тренировочных занятий являются групповые и индивидуальные занятия. Занятия проводятся по расписанию, 5 раз в неделю. Спортивные секции создаются для учащихся, желающих заниматься определенным видом спорта.

---

## **Основные задачи секций:**

1. приобщить школьников к систематическим занятиям спортом;
2. содействовать их спортивному совершенствованию в избранном виде спорта;
3. готовить их к участию во внешкольных соревнованиях;
4. содействовать приобретению знаний и навыков инструкторской работы и судейства соревнований.

В секции приглашаются школьники основной медицинской группы, получившие допуск врача к занятиям. Проведение конкурсного отбора нежелательно, так как это противоречит основным задачам внеклассной работы. В секции учащиеся распределяются по группам с учетом возраста, уровня спортивной подготовленности. Согласно существующему положению дети допускаются к спортивным занятиям.

В первые два года занятий учащиеся в основном принимают участие в улусных соревнованиях, в последующие годы тренировки они нацелены на участие в республиканских турнирах и чемпионатах.



При поддержке администрации школы каждый год, начиная с 2010 года проводим авторский улусный турнир по мас-рестлингу на призы МБОУ «Мюрюнская СОШ №2». В последующие года в наших соревнованиях определяется общекомандное место, которое идет в зачет комплексной спартакиады. С 2017 года турнир стал открытым республиканским. По итогам четырех последних годов команда нашей школы занимала только 1 места.

Спортивные соревнования являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеклассной работы по физическому воспитанию в школе. Они содействуют привлечению учащихся к систематическим занятиям физическими упражнениями дома и в коллективе, повышают физическую подготовленность учащихся, сплачивают коллектив. Соревнования, как и другие виды внеклассной работы, включаются в общий годовой план работы школы. В начале учебного года точно определяются сроки проведения, положение и программы соревнований. С учетом этих сроков заблаговременно проводится подготовка к соревнованиям.

Эти соревнования являются стимулом для достижения спортивных результатов и успехов для обучающихся. Победители данного соревнования получают право участия в республиканском командном соревновании.

Два года подряд приняли участие в Республиканском командном соревновании по мас-рестлингу на кубок ДЮСШ №7 И.И Захарова п. Хатассы. Команда нашей школы заняла в 2014 году -1 место и в 2015 году – 3 место в этих соревнованиях .

## Выводы:

---

Эффективность внеклассной и внеурочной работы обеспечивается при соблюдении следующих условий:

1. тесная связь с учебной работой (преемственность содержания, организационно-методические приемы и т. д.);
2. доступность занятий и разнообразие форм, обеспечивающих включение в физкультурно-спортивную деятельность широкого контингента учащихся;
3. преемственность принципов и методов всей системы внеклассной образовательно-воспитательной работы при широком участии ученического актива;
4. привлечение родителей и социума к материально-техническому обеспечению условий для занятий, к руководству секциями, командами;
5. четкое руководство со стороны администрации и учителей деятельностью школьного коллектива физической культуры

Секция мас – рестлинг

**Улусный турнир на призы МУ ДОД ДЮСШ им. Е.Ф. Габышева**

1. Жирков Кеша 9 кл. – 1 место
2. Прибылых Слава 7кл - 1 место
3. Прибылых Сеня 9 кл - 3 место
4. Улусный чемпионат Гимназии
5. Жирков Кеша 9 кл. – 1 место
6. Крылов Дима 10 кл - 3 место

**Улусный чемпионат 93- 94 , 95 – 96 года рождения**

1. Прибылых Слава 7 кл – 1 место
2. Крылов Дима 10 кл – 1 место
3. Жирков Кеша 9 кл - 2 место
4. Иванов Петя 9кл - 2 место
5. Платонов Айсен 10 кл - 3 место

**Республиканские турниры:**

**Открытый республиканский турнир Амгинского улуса « Открытие сезона»**

1. Прибылых Слава 7 кл- 1 место

**Республиканский турнир И.В.Пухова с. Окоёмовка**

1. Прибылых Слава 7 кл – 1 место
2. Жирков Кеша 9 кл - 2 место

**Открытый республиканский турнир Таттинского улуса**

1. Жирков Кеша 9 кл - 3 место
2. Прибылых Слава 7 кл - 2 место



## Секция мас – рестлинг и гиревой спорт

### Улусный турнир по мас-рестлингу на призы ДЮСШ им. Габышева

1. Жирков Кеша-1 место
2. Гоголев Ариан- 3 место
3. Андросов Миша- 1 место
4. Окоемов Толя- 2 место
5. Прибылых Слава- 1 место
6. Иванов Петя – 3 место
7. Семенов Сережа- 3 место

### Улусный турнир по мас–рестлингу на призы м/с РС(Я) Жиркова В.И. (МЮГ)

1. Жирков Кеша- 1 место
2. Прибылых Слава- 1 место
3. Прибылых Сеня- 2 место
4. Ермолаев Ваня-3 место
5. Крылов Дима- 3 место
6. Иванов Петя-3 место
7. Попов Саша- 3 место
8. Гоголев Степа – 2 место

### Улусный турнир по мас-рестлингу на призы МБОУ ЧарансойСОШ

1. Прибылых Сеня-2место
2. Прибылых Слава- 1место
3. Окоемов Толя- 1 место
4. Ермолаев Ваня- 2 место
5. Андросов Миша-3 место
6. Крылов Дима – 3 место
7. Жирков Кеша- 1 место

### Республиканские турниры:

#### VI- Республиканский турнир по мас –рестлингу на призы героя Советского Союза В.Д.Лонгинова . с. Танда

1. Гоголев Степа- 2 место
2. Прибылых Сеня- 2 место

#### Открытый Республиканский турнир по мас–рестлингу на призы «Кэптэнимадьынылара» с. Кептени

1. Жирков Кеша- 2 место
2. Прибылых Сеня- 3 место

#### Открытый Республиканский турнир по гиревому спорту на призы кубка федерации Усть-Алданского улуса. с. Бронгонцы

1. Ермолаев Ваня – 2 место



**Секция мас – рестлинг и гиревой спорт**

**Улусный турнир по мас-рестлингу на призы ДЮСШ**

1. Жирков Кеша-1 место
2. Гоголев Степа- 1 место
3. Никифоров Андрей- 1 место
4. Окоемов Толя- 1 место
5. Прибылых Слава- 1 место
6. МигалкинАйсен- 2 место
7. Крылов Витя – 2 место
8. Окоемов Артем- 2 место
9. Семенов Сережа- 3 место
10. Прибылых Сеня – 3 место
11. Колодезников Миша – 3 место

**Улусное лично-командное первенство по мас-рестлингу на призы МБОУ МСОШ №2**

1. Жирков Кеша- 1 место
2. Окоемов Толя- 1 место
3. Крылов Витя – 1 место
4. Прибылых Слава- 1 место
5. Никифоров Андрей-1 место
6. Гоголев Ариан- 1место
7. Прибылых Сеня – 1 место
8. Новгородов Ваня- 2 место
9. МигалкинАйсен- 2 место
10. Гоголев Степа – 2 место

Абсолютные Чемпионы 1. Жирков Кеша – Старшая группа  
2. Гоголев Ариан – Младшая группа

Командное 1 место

**Улусный турнир по мас–рестлингу на призы м/с РС(Я) Жиркова В.И. (МЮГ)**

1. Никифоров Андрей- 1 место
2. МигалкинАйсен- 1 место
3. Ануфриев Сема- 1 место
4. Колодезников Миша-1 место
5. Крылов Витя- 2 место
6. Прибылых Сеня-2 место
7. Старков Айсен- 2 место
8. Окоемов Толя – 3 место
9. Румянцев Дима- 3 место

**Улусный турнир по мас-рестлингу на призы МБОУ Чаранской СОШ**

1. Прибылых Сеня-1 место
2. Гоголев Ариан-1 место
3. Никифоров Андрей- 1 место
4. Мигалкин Айсен- 2 место
5. Александров Толя-3 место
6. Ануфриев Сема – 3 место
7. Сивцев Федя- 3 место
8. Гоголев Степа -3 место
9. Попов Саша- 3 место

**Улусный командный турнир по мас-рестлингу на призы мастеров спорта РС(Я) Белолюбских . с. Батагай**

Командное -2 место

1. Никифоров Андрей- Абсолютный чемпион

**Республиканские турниры:**

**Открытый Республиканский турнир по мас–рестлингу на призы м/с РС(Я) Н.Барашкова с. Чурапча**

1. Никифоров Андрей- 1 место
2. Прибылых Сеня- 3 место

**Республиканский турнир по мас-рестлингу на призы мастеров спорта Баягинского наслега Таттинского улуса.**

1. Никифоров Андрей – 1 место Чемпионат Республики Саха( Я) г. Нюрба
2. Прибылых Слава- 1 место

**Гиревой спорт:**

**Республиканский турнир по гиревому спорту на призы м/с РС(Я) В. Дьячковского. с. Намцы**

1. Васильев Рома – 1 место
2. Александров Толя- 3 место

**Открытый Республиканский турнир по гиревому спорту на призы кубка федерации Усть-Алданского улуса.**

1. Васильев Рома – 1 место
2. Александров Толя – 1 место

**2012-2013 уч. год.**

**Секция мас – рестлинг**

**Улусный турнир по мас-рестлингу на призы ДЮСШ им. Габышева**

1. Мигалкин Айсен-1 место
2. Гоголев Степа- 2 место
3. Семенов Сережа- 2 место
4. Лукин Афоня- 2 место
5. Прибылых Слава- 2 место
6. Колодезников Миша- 2 место
7. Дягтерев Дьулус – 3 место
8. Варламов Степа- 2 место
9. Кузьмин Герман- 2 место
10. Ануфриев Сема- 3 место

**Улусный турнир на призы Чаранской СОШ по мас–рестлингу**

1. Мигалкин Айсен -1место 36 кг
2. Гоголев Степа- 2 место 36 кг
3. Семенов Сережа -1 место 40 кг
4. Старков Айсен- 3 место 40 кг
5. Окоемов Толя-2 место 44 кг
6. Колодезников Миша-1 место 48 кг
7. Дегтярев Дьулус- 3 место 48 кг
8. Варламов Степа- 2 место -52 кг
9. Крылов Витя -2 место 57 кг
10. Никифоров Андрей -2 место 56 кг
11. Прибылых Слава- 1 место 56 кг

**Республиканские турниры:**

**Открытый Республиканский турнир по мас–рестлингу на призы м/с РС(Я) И. Маркова «Ньюучча Баанья». 23-25 ноябрь**

1. Мигалкин Айсен- 1 место



**VII- Республиканский турнир по мас –рестлингу на призы героя Советского Союза В.Д.Лонгинова . с. Танда. 7-9 декабрь**

1. МигалкинАйсен- 1 место
2. ЧерноградскийАйтал- 2 место
3. Прибылых Слава- 2 место

**Открытый Республиканский турнир по мас–рестлингу на призы РОСШ с. Хатас**

1. Прибылых Слава- 2 место

**Чемпионат Республики САХА (Я) по мас-рестлингу М-Кангалаский улус с. Балыктах  
Ст. группа.**

1. Прибылых Слава – 3 место

**Чемпионат Республики САХА (Я) по мас-рестлингу Таттинский улус.  
Ср.гр.**

1. МигалкинАйсен -1 место
2. Семенов Сережа – 3 место

**Республиканский открытый турнир по мас–рестлингу на призы мастеров спорта села Чоркоох**

1. Колодезников Миша -1 место
2. МигалкинАйсен – 1 место
3. Ануфриев Сема – 3 место
4. Прибылых Слава – 1 мест

**Чемпионат РС(Я) по мас –рестлингу среди школьников. Томпонский район с. Крест –Холджай ст.группа  
(2 участника) Семенов Сережа.**

Никифоров Андрей- 2 место

**Чемпионат РС(Я) по мас –рестлингу среди школьников. г. Якутск мл. группа**

(2 участника) Рожин Захар.

1. МигалкинАйсен- 1 место

**Открытый Республиканский турнир по мас-рестлингу на призы Маркова Ивана . с. Матта 29 ноябрь**

1. Дегтярев Дьулус- 1 место

2. Семенов Сережа – 2 место

3. Никифоров Андрей – 3 место

**Улусный турнир по мас-рестлингу на призы МСОШ №2. с.Борогонцы Декабрь 8**

1. Семенов Сережа- 1 место 45 кг

2. Никифоров Андрей- 2 место 56 кг

3. Дегтярев Дьулус – 3 место 56 кг

4. Прибылых Слава- 1 место 56 кг

5. Колодезников Миша -3 место 50 кг

6. Стручков Миша – 2 место 30 кг

7. МигалкинАйсен- 1 место 40 кг

8. Старков Аяаал -3 место 44 кг

9. Олесов Виталий – 3 место 48 кг

10. Окоемов Артем – 2 место 52 кг

### **Республиканский командный Кубок ДЮСШ №7 им. И.И.Захарова по мас-рестлингу**

1 –ое место Участники: МигалкинАйсен, Семенов Сережа, Колодезников Миша, Дегтярев Дьулус, Никифоров Андрей

**Открытый республиканский турнир на призы 3- кратного чемпиона спортивных игр народов Саха, мастера спорта РС (Я) Барашкова Николая Владимировича среди школьников. с . Чурапча .**

1. МигалкинАйсен 8 кл. – 1 место
2. Семенов Сережа 9 кл. – 3 место
3. Никифоров Андрей 10 кл. – 3 место

**1 –ый Улусный турнир по мас-рестлингу на призы Всероссийской политической партии «Единая Россия» с. Усун-куол.**

1. Колодезников Миша -1 место
2. Семенов Сережа- 2 место
3. Рожин Захар – 1 место
4. Дегтярев Дьулус – Абсолютный чемпион

**Улусный турнир по мас-рестлингу с. Кептени**

1. Никифоров Андрей- 1 место
2. Окоемов Толя- 1 место
3. Семенов Сережа- 3 место
4. Дегтярев Дьулус – 1 место
5. МигалкинАйсен – 1 место
6. Старков Айсен – 3 место
7. Гоголев Степа – 2 место



**Первенство России по мас–рестлингу г. Суздаль**

1. Никифоров Андрей -1 место
2. Дегтярев Дьулус- 2 место

**Чемпионат РС (Я) по мас –рестлингу г. Якутск**

1. Дегтярев Дьулус – 1 место
2. Семенов Сережа – 3 место

**Республиканский турнир по мас-рестлингу на призы Никанорова с. Майа**

1. Дегтярев Дьулус- 2 место
2. Семенов Сережа – 3 место

**Открытое первенство СВФУ им. М.К.Аммосова по мас-рестлингу г. Якутск**

1. Никифоров Андрей- 3 место
2. Дегтярев Дьулус – 1 место

**Республиканский турнир на призы Акимова с. Сунтар**

1. Семенов Сережа- 1 место
2. Дегтярев Дьулус – 1 место

**Открытый республиканский турнир по мас-рестлингу на призы мс Н. Гоца с. Тэхтюр**

1. Окоемов Толя – 1 место
2. Колодезников Миша- 3 место

**Республиканский турнир по мас-рестлингу на призы мастеров спорта села Чоркоох среди школьников**

1. Орлов Дьулус – 2 место
2. Дегтярев Дьулус – 2 место
3. Семенов Сережа- 1 место

**Республиканский турнир по мас-рестлингу г . Вилюйск**

1. Семенов Сережа- 3 место
2. Дегтярев Дьулус- 1 место

**Республиканский командный Кубок ДЮСШ №7 им. И.И.Захарова по мас-рестлингу**

3 –ое место Участники: Мигалкин Айсен, Семенов Сережа, Орлов Дьулус, Дегтярев Дьулус, Иванов Сережа, Черноградский Айтал, Окоемов Толя

**Командный Кубок Федерации по мас-рестлингу Саха (Я) г. Якутск .**

Команда Усть–Алдана 3 место . Никифоров Андрей, Семенов Сережа, Дегтярев Дьулус.

## 2015-2016 уч. год

### **Первенство России по мас рестлингу среди школьников. Г. Анапа**

1. Дегтерев Дьулус -2 место

### **Республиканский турнир на призы КМС Никанорова Н.А. с. Майа**

1. Мигалкин Айсен -2 место
2. Дегтерев Дьулус -2 место

### **Улусный турнир по мас рестлингу на призы ДЮСШ с. Соттинцы**

1. Говоров Айтал – 3м
2. Михеев Егор – 1м
3. Иванов Сережа – 2м
4. Семенов Сережа – 1м
5. Окоемов Толя – 2м
6. Лыткин Максим – 1м
7. Мигалкин Айсен – 1м
8. Орлов Дьулус – 1м

### **Открытый республиканский турнир по мас-рестлингу среди школьников с.Майа**

1. Дегтярев Дьулус – 1м
2. Окоемов Толя – 3м

### **Республиканский турнир по мас-рестлингу «Логой мадынылара» с.Кэптэни**

1. Семенов Сергей – 1м
2. Лыткин Максим – 1м
3. Колодезников Миша – 3м
4. Дегтярев Дьулус – 1м
5. Орлов Дьулус – 2м

## **Улусный турнир по мас-рестлингу на призы ДЮСШ**

1. Лыткин Максим – 1м
2. Иванов Сережа – 1м
3. Платонов Рома – 2м
4. Атласов Рустам – 3м
5. Орлов Дьулус – 1м
6. Дегтярев Дьулус – 1м
7. Мигалкин Айсен – 2м
8. Семенов Сережа – 1м
9. Колодезников Дьулус – 3м
10. Говоров Айтал – 3м

## **Международный турнир по мас-рестлингу среди юношей, посвященной 550-летию образования казахского ханства г.Алмата Казахстан**

1. Дегтярев Дьулус – 3м

## **Кубок федерации РС(Я) по мас-рестлингу**

**Команда Усть-Алдана – 1м**

Дегтярев Дьулус, Семенов Сережа, Орлов Дьулус, Лыткин Максим

**Лучший спортсмен среди юношей 2015 года, лауреат федерации по мас-тардыыы  
Республике Саха (Якутия)**

1. Дегтярев Дьулус



2016-2017 уч. год

**Июль Международные спортивные игры «Дети Азии». Июль**

Говоров Айтал – III место

**Открытый турнир по мас рестлингу г. Якутск ск «Модун». Октябрь**

Гоголев Степа -II место

**Республиканский турнир по мас рестлингу на призы «Логой мадынылара».  
Ноябрь.**

с. Кептени

Говоров Айтал- II место 52 кг

Михеев Егор- III место 56 кг

**Чемпионат Республики РС(Я) среди школьников. Апрель по мас-рестлингу**

Иванов Сережа III место

2017-2018 уч. год

**Улусный турнир по масс-рестлингу на призы ДО ДЮСШ им Габышева**

Алексеев Максим -I место  
Никифоров Саша-II место  
Платонов Рома -II место  
Атласов Рустам -I место  
Протопопов Игорь -II место  
Говоров Айтал -III место  
Рожин Айал -III место  
Жиркова Ариана -III место

**Ноябрь. Республиканский турнир по мас-рестлингу на призы «Логой мадынылара»  
с. Кептени**

Говоров Айтал -I место  
Никифоров Саша-III место

**Улусный турнир по масс-рестлингу на призы партии «Единая Россия» с. Усун-Кюель. Январь 2018**

Окоемов Максим-III место  
Карпова Дайана –II место  
Александрова Егоряна –III место  
Иванов Сережа-II место  
Ефимов Айсен-II место  
Атласов Рустам-II место  
Колодезников Дьулус-II место

Атласов Рустам – абсолютный чемпион до 50 кг

## **Республиканское первенство города Якутска по мас-рестлингу 16-18 февраля 2018 г**

Говоров Айтал – I место  
Атласов Рустам – II место

## **Лично-командное первенство улуса по по мас-рестлингу среди школьников 23 февраля 2018**

Алексеев Максим-I место  
Атласов Рустам-I место  
Ефимов Айсен-I место  
Карпова Дайана-II место  
Александрова Егоряна-III место  
Окоемов Максим-III место  
Говоров Айтал-III место  
Колодезников Дьулус-III место  
Платонов Рома-III место  
Протопопов Игорь-II место  
Никифоров Саша-III место  
Ушницкий Андрей-II место

## Воспитанники достигшие наилучших результатов:

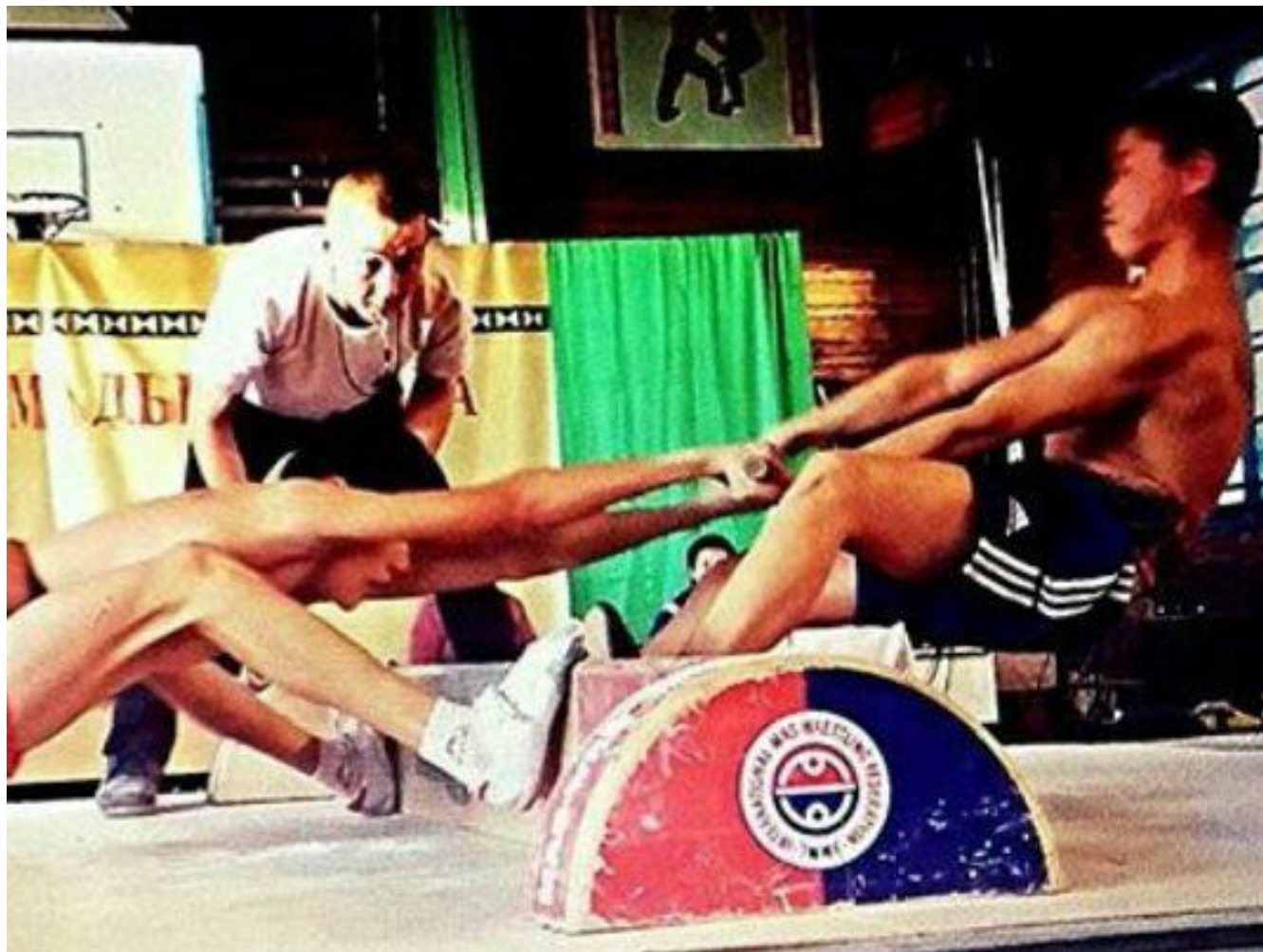


Никифоров Андрей – чемпион первенства России г. Суздаль  
2014 г., 2 призер чемпионата Республики РС(Я)





МИГАЛКИН АЙСЕН – ДВУХКРАТНЫЙ ЧЕМПИОН  
РЕСПУБЛИКИ САХА(ЯКУТИЯ) 2013-14 Г.Г.

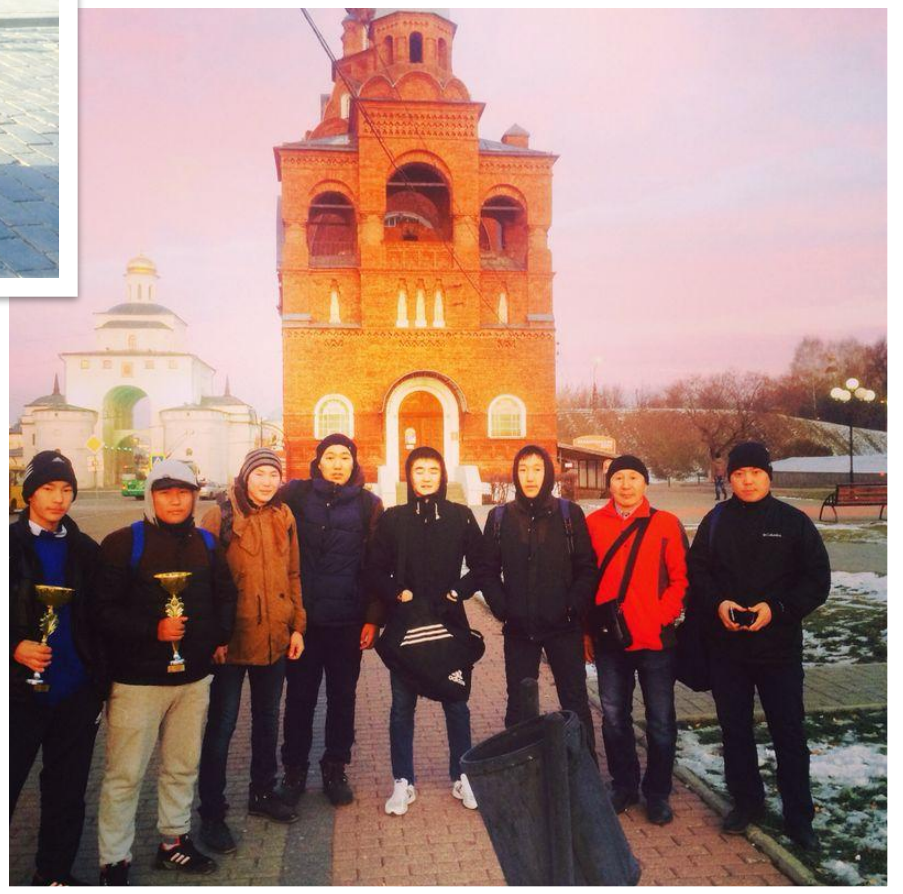


СЕМЕНОВ СЕРЕЖА – ДВУХКРАТНЫЙ ПРИЗЕР  
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ) 2014-15 Г.Г.





ДЕГТЯРЕВ ДЬУЛУС – ЧЕМПИОН РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ) 2015Г., ДВУХКРАТНЫЙ ПРИЗЕР ПЕРВЕНСТВА РОССИИ Г.СУЗДАЛЬ 2014 Г. АНАПА 2015 Г.Г., 3 ПРИЗЕР МЕЖДУНАРОДНОГО ТУРНИРА ПО МАС-РЕСТЛИНГУ Г. АЛМАТА РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН 2015 Г., ЛУЧШИЙ СПОРТСМЕН СРЕДИ ЮНОШЕЙ 2015 ГОДА, ЛАУРЕАТ ФЕДЕРАЦИИ ПО МАС-ТАРДЫНЫЫ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)



















**Лучший спортсмен среди юношей 2015 года,  
лауреат федерации по мас-тардыыы  
Республике Саха (Якутия)  
Дегтярев Дьулус**









Всероссийская федерация мас-рестлинга  
Департамент по физической культуре и спорту  
администрации Владимирской области

# Первенство России по мас-рестлингу

2013  
год



# Международные спортивные игры «Дети Азии»

## Говоров Айтал – III место



---

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**