

**Отчет секции Общей физической подготовки
с элементами каратэ и секции по туризму за I полугодие
2011-2012 учебного года.**

1. 22 октября прошли межклубные благотворительные соревнования по каратэ по «безконтактным» правилам. Альканов Максим и Барихадми Михаил заняли **I место** в своих весовых категориях. Всего участвовало 9 человек от секции. На сайте клуба «Многогранник» есть ссылка, где говорится о благодарности клубу «Крепкий орешек» за сбор «памперсов».

2. 30 ноября, прошли соревнования по многоборью клуба «Крепкий орешек» среди участников секций по самообороне.

Ребята соревновались по следующим нормативам:

- заполнение спортивного дневника;
- гимнастический комплекс;
- техника освобождения от захватов;
- техника против вооружённого палкой;
- «толкунчики» - выталкивание с ковра 3 на 3 метра. Против одного, двух и трёх соперников в зависимости от технического уровня соревнующихся.

Итоги многоборья

Всего в младшей группе участвовало 18 человек

№	Ф.И.	1	2	3	4	5	6	всего	место
1	Бондаренко Арсений	7,5	8,5	8,5	10,0	10,0	10,0	54,5	1
2	Польгельм Вадим	8,0	7,5	7,0	10,0	10,0	10,0	52,5	2
3	Гусев Тимофей	9,5	9,5	8,5	10,0	10,0	5,0	52,5	2
4	Безруких Денис	6,0	8,7	8,0	7,5	10,0	10,0	50,2	3
5	Хаутов Амир	7,0	7,0	8,5	7,5	10,0	10,0	50,0	4
6	Рубенштейн Илья	8,5	7,8	8,5	7,5	7,5	10,0	49,8	5
7	Красовская Ксения	8,5	9,0	8,5	5,5	7,5	7,5	46,5	6

В средней группе приняло участие 16 человека, а в старшей 8

№	Ф.И.	1	2	3	4	6	7.1	7.2	всего	место
1	Важнов Алексей	5,3	9,0	8,0	7,0	7,5	10,0	10,0	56,8	1
2	Крайнов Павел	5,0	7,5	8,0	7,5	7,5	10,0	7,5	53,0	2
3	Розенберг Александр	8,5	6,5	6,0	6,0	5,5	10,0	10,0	52,5	3
4	Фадеев Илья	6,5	6,0	7,0	6,0	6,5	10,0	10,0	52,0	4
5	Асирьян Кристина	5,5	8,5	7,5	7,0	5,5	7,5	10,0	51,5	5
6	Процкевич Максим	8,0	6,5	6,5	5,0	5,5	7,5	10,0	49,0	6

№	Ф.И.	1	2	3	4	5	6	7	7	7	всего	место
1	Глек Антон	7,5	7,5	7,5	7,5	6,0	5,5	10,0	10,0	10,0	71,5	1
2	Гулямов Р.	5,0	7,5	8,0	7,5	6,5	7,0	7,5	7,5	10,0	66,5	2
3	Гусак Никита	5,0	7,5	8,0	7,5	6,0	7,0	10,0	10,0	5,0	66,0	3

3. 17 декабря прошла Новогодняя спортивная Ёлка в зале «Сфера». Ребята вместе со снегурочкой забавлялись эстафетами. Но вдруг вместо деда Мороза пришла Баба Яга в его костюме, о чём сразу многие не догадались. Не навязчиво предложила эстафеты с метлами и ступами. А когда её разгадали, она убежала, рассказав прежде об украденных подарках. Пройдя испытания вместе со сказочными героями, всё же удаётся настигнуть вредную Бабушку и Добром, Смелостью, Любовью перевоспитать её. И, наконец, получить долгожданные подарки, от не торопящегося Дедушки Мороза. Я был ведущим на ёлке, самое приятное знакомится с ребятами в костюмах разных сказочных персонажей. Огромное спасибо старшим ребятам, которые участвовали в спектакле и ярмарке. Приняло участие около 10 человек от нашего клуба. Всего около 85 человек. Были собраны благотворительные подарки для детей отказников и отвезены на волонтерский пункт. Отчёт о передачи подарков опубликован на сайте.

4. **С 23 по 26 декабря** прошли восстановительные сборы на базе отдыха «Бугорок». Ребята тренировались в спортзале два раза по 1,5 часа. На занятиях в основном отработывали технику, а также занимались спортивными играми, в особенности гандболом по изменённым правилам. Играли в шашки, шахматы, настольный теннис, а также катались на тюбингах с горки, играли в снежки и многое другое... Самое интересное мероприятие – эстафета на горке с элементами туризма (подъём-спуск спортивным способом); а такое задание как съехать с горки всей командой с минимальным количеством тюбингов, никого не оставил равнодушным. Особенно запомнилось, дружность всего коллектива из разных секций и видов деятельности в ЮЗАО.

С уважением преподаватель Травушкин Д.А.