

**Портфолио**  
**Старшего тренера-преподавателя отделения**  
**национальных видов спорта**  
**МБУ ДО ДЮСШ №1**  
**Копырина Ивана Ивановича**

г. Якутск

**I. Представление собственного  
инновационного педагогического опыта**

## ПЛАН-КОНСПЕКТ

открытого занятия тренировки по мас-рестлингу УТГ – 1 года обучения

Тренер-преподаватель: Копырин Иван Иванович

Вид спорта – мас-рестлинг

Тема: Воспитание силовых качеств.

Задачи: 1. Совершенствование упражнений становой тяги и приседания.

2. Продолжить совершенствование техники становой тяги и приседания.

3. Способствовать развитию физических качеств.

4. Воспитание самостоятельности, дисциплинированности.

Тип урока: совершенствование

Метод проведения: индивидуальный, групповой

Место проведения: МБУ ДО ДЮСШ №1 г. Якутска, тренажерный зал, зал мас-рестлинга

Инвентарь: гири, блины штанги, доска для упора мас-рестлинга

Время проведения: 14-16 ч.

Дата проведения: 25.12.16 г.

| № | Содержание урока   | ДЗ                        | ОМУ  |
|---|--|---------------------------|--|
| I | Подготовительная часть<br><br>1. Построение, сообщение задач урока.<br>2. Разминка: прыжково-беговая часть, ОРУ, упражнения на растяжку основных мышечных групп. | 20 мин<br>5 мин<br>15 мин | Обратить внимание на форму.<br>Самостоятельность, дисциплинированность |

Заведующий



Методист *С. А. Романов*

|     |  |   |  |
|-----|--|---|--|
| II  | <p>Основная часть</p> <p>1. Повторная тренировочная работа рывок с гирями 6, 8 кг.<br/>а) объяснение и показ техники;<br/>б) самостоятельное выполнение</p> <p>2. Становая тяга (гири весом 12, 16 кг.), приседание с блинами (5, 10 кг.) 10 раз x 3 подхода.</p> <p>3. Выполнение общеразвивающих упражнений на общую и силовую выносливость: пресс, прыжок в длину, отжимание от пола.</p> | <p>60 мин</p> <p>15 мин</p> <p>30 мин</p> <p>15 мин</p> | <p>Применять «интервальный метод» с лимитированным интервалом времени между подходами 2-4 мин. (в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся и их подготовленности).</p> <p>Следить за правильным дыханием во время выполнения становой тяги и приседания.</p> <p>Следить за правильным выполнением упражнений.</p> |
| III | <p>Заключительная часть</p> <p>1. Обучение технике мас-рестлинга</p> <p>2. Медленный бег, ходьба, упражнения на расслабление мышц и восстановление дыхания.</p> <p>3. Подведение итогов занятия:<br/>- построение;<br/>- подведение итогов;<br/>- организованный уход из зала.</p>   | <p>25 мин</p> <p>15 мин</p> <p>5 мин</p> <p>5 мин</p>   | <p>Захват палки, внутренний захват, внешний захват, положение ног при старте, положение ног во время схватки.</p> <p>Выполнять в колонну по одному.</p> <p>Итоги тренировки.</p>   |



Заведующий *Митусевич Д.*

*Полосинский А. М.*

## Самоанализ тренировки

Провел Копырин И. И. – тренер-преподаватель по мас-рестлингу

На базе МБУ ДО ДЮСШ №1 г. Якутска.

Тренировка проходила в учебно-тренировочной группе 1 года обучения, вид спорта – мас-рестлинг, в группе 10 человек, на тренировке присутствовало 10 чел.

Тема тренировки: «Техника становой тяги и приседания».

Тип тренировки: совершенствование изученного материала.

Задачи:

1. Совершенствование упражнений становой тяги и приседания.
2. Способствовать развитию физических качеств.
3. Воспитание самостоятельности, дисциплинированности.

Методы обучения используемые на тренировке: наглядный, словесный, практический и др.

На тренировке формировались следующие компетенции: личностного совершенствование, ценностно-смысловая, образовательная, познавательная, информационно-коммуникативная, общекультурная.

Урок состоит из 3 этапов:

Подготовительного, задача которого была подготовить мышцы тренирующихся к предстоящим физическим нагрузкам. Подготовка тренирующихся к активному и сознательному восприятию знаний, задача которого обеспечить мотивацию к принятию задач тренировки.

Основного по теме: «Техника становой тяги и приседания». На этом этапе использовались приемы, усиливающие совершенствованию изученного материала, использование наглядности, анализа, сравнения, постановка проблемного вопроса, актуализация личного опыта и опорных занимающихся, самостоятельная работа. Создавалась ситуация успеха.

Заключительного проведение итогов тренировки, осмысление деятельности воспитанника и тренера на тренировке, оценка собственного продвижения в совершенствовании темы. А также проведена рефлексия настроения в начале и конце тренировки.

Проведена индивидуальная и самостоятельная работа, самооценка, контроль и самоконтроль. Со стороны воспитанников была проявлена

Завершено  Методический кабинет / Копырин И. И.

заинтересованность в работе, в получении ими новой информации.  
Активность воспитанников была на должном уровне.

Считаю, что мне удалось выдержать стиль общения с учащимися, организовать их работу на тренировке. Выбранные формы и методы работы на тренировке были использованы целесообразно, что послужило реализации всего запланированного на тренировке. Методы и приемы, использованные на тренировке, способствуют развитию познавательного интереса у воспитанников к изучаемой теме, соответствуют возрастным особенностям воспитанников, применялись в рамках здоровьесберегающей технологии.

Считаю, что урок цели достиг.

По результатам рефлексии, я смог сделать вывод, что дети удовлетворены результатами своей работы, тренировка им понравилась, настроение в ходе тренировки улучшилось.

*Жукович И.И. старший тренер-преподаватель национальных видов спорта*



*Закрываю. Методыка Д. Жуковича И.И.*

**II. Наличие инвентаря и осуществление набора в спортивную школу, секцию, группу спортивной и оздоровительной направленности детей и подростков, желающих заниматься физической культурой и спортом и не имеющих медицинских показаний**

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №1»  
городского округа «город Якутск»



«Дьокуускай куорат» куораттаабы уокуругун  
«1 нүөмэрдээх оҕо спортивнай оскуолата»  
эбии үөрэхтээһингэ  
муниципальной бюджет тэрилтэтэ

677000, г. Якутск, ул. Дзержинского 5, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

Исх. №01-24/ 210

от « 30 » сентября 2021 г.

## СПРАВКА

Настоящая справка дана Копырину Ивану Ивановичу в том, что он действительно использует при организации работы в осуществлении набора детей в группы современные информационные компьютерные технологии и ведет мониторинг при наборе детей.

Справка дана для аттестации педагогических работников по должности «Тренер - преподаватель».

И.о директора



Л.А. Бурцева



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



677000, г. Якутск, ул. Дзержинского 5, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

Исх. №01-24/ 208

от « 30 » сентября 2021 г.

## СПРАВКА

Настоящая справка дана Копырину Ивану Ивановичу в том, что он действительно владеет информационными компьютерными технологиями и работает в программах word, xls, PowerPoint, CorelDraw, Photoshop, использует видео-фото материалы, пользуется онлайн-ресурсами для дистанционного обучения.

Справка дана для аттестации педагогических работников по должности «Тренер - преподаватель».

И.о директора



Л.А. Бурцева

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



IV кр

677000, г. Якутск, ул. Держинского 5, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

Исх. №01-24/209

от «30» сентября 2021 г.

## СПРАВКА

Настоящая справка дана Копырину Ивану Ивановичу в том, что он действительно ведет мониторинг и анализ с использованием электронных протоколов, прием нормативов ведется с использованием современных технологий.

Справка дана для аттестации педагогических работников по должности «Тренер - преподаватель».

И.о директора



*[Handwritten signature]*

Л.А. Бурцева

**V. 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**

## САМООТЧЕТ

С первого дня работы в МБУ ДО ДЮСШ №1 г. Якутска активно пользуюсь ИТК, владею WORD, EXCEL, составляю таблицы, работаю с ГУГЛ-таблицами, пользуюсь электронной почтой, ZOOM, WHATSAPP, воспитанники отчитываются о проделанной работе о своих дистанционных тренировках, присылая видеозаписи.

Провожу теоретические занятия в WHATSAPP группе, отправляю электронные ссылки видеозаписей Чемпионатов РФ, Европы, Мира, Кубков Мира, знакомя с опытом ведущих мастеров Мира. Воспитанники изучают различные элементы техники и тактики, учатся исправлять ошибки, закрепляют двигательные действия.

Во всех республиканских соревнованиях ведем видеосъемки своих схваток, чтобы потом провести работу над ошибками.

Имеются родительская группа в социальных сетях WHATSAPP, где идет тесное общение, обмен информацией для лучшей помощи ребятам в достижении спортивных результатов.

Составил:



Копырин И. И.



Заведующий: *Мензгалин С. Романов А. А.*

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

ДЮСШ №1 г. Якутска

**БЕСЕДА**

**Тема: «Современный мас-рестлинг»**

Выполнил: Копырин И. И. – тренер-преподаватель по мас-рестлингу



Якутск-2017 г.

*Заведующий М.М.Сидорова* *И.И. Копырин*



**Мас-рестлинг** (якут. мас тардыһыы, перетягивание палки) — национальный вид спорта Якутии, признанный в Российской Федерации и введенный в 2003 году во Всероссийский реестр видов спорта, как национальной вид спорта, в 2017 г. - как вид спорта РФ. Мас-рестлинг - бесконтактное единоборство. Его правила очень просты: для победы спортсмену необходимо просто вырвать палку из рук или перетянуть соперника. Поединок длится до двух побед в двух или трёх раундах одного из борцов. Победа в схватке засчитывается, если одному из борцов удалось перетянуть соперника или если соперник выпустил палку.

Современное название данного вида единоборства зародилось в 2000 г. среди членов Президиума спортивной федерации Республики Саха (Якутия) "Мас тардыһыы", которое при помощи олимпийского чемпиона по вольной борьбе из народа саха Романа Михайловича Дмитриева распространилось по России и миру. «Мас» в переводе с якутского означает «дерево», «рестлинг» - с английского – «борьба». Национальный вид спорта народа Саха с новым названием уверенно шествует по миру.

Залог победы в мас-рестлинге — сила, скорость, ловкость и быстрое мышление. Во время схватки у масрестлеров задействованы почти все группы мышц. Схватки быстротечны, большинство заканчиваются в течение первых секунд.

### История

Мас-рестлинг – особая философия физического и духовного воспитания гармоничной личности, неотъемлемая часть богатой культуры народа саха.

Корни мас-рестлинга уходят далеко в прошлое. Немаловажным фактором его развития явились географическое расположение и климатические условия. Жизнь на Крайнем Севере, где очень продолжительная зима и температура доходит до 60 градусов мороза, а летом до 40 градусов жары - это постоянная борьба за выживание. Народ саха должен был поддерживать хорошую физическую форму для выживания в этом суровом климате. Для этого на протяжении многих поколений выработалась своеобразная система поддержки физического здоровья нации, частью которого является мас-рестлинг. Якуты испокон веков в массовом порядке занимаются оригинальными физическими упражнениями и постоянно устраивают различные состязания.

Из литературных источников известно, что каждый молодой якут должен был обладать определёнными физическими качествами для того,

*Зав. сек. Метод. кабинет / Романов А. М.*



чтоб называться настоящим мужчиной - боотуром. Этот вид спорта помогал выработать такие двигательные и волевые качества как сила, ловкость, быстрота, выносливость, смелость и решительность. Нехитрый инвентарь позволял якутам заниматься этим видом единоборства практически круглый год. Он не требует специального помещения – им можно заниматься практически везде: в помещении, во дворе, на поляне.

Взрывообразное развитие мас-рестлинг получил, когда - в 80-х годах прошлого столетия были внесены изменения в правила допускающие применение приемов, придающих большую динамику в схватках. Введение этих изменений большим трудом добились студенты-медики, большие энтузиасты развития мас тардыныы: Петр Кривошапкин; Георгий Цыпандин; Петр Каратаев; Дмитрий Шарин; Николай Софронов и др., которых по праву можно называть отцами современного мас-рестлинга.

Все якутские спортивные знаменитости, завоевавшие в своих коронных видах почётные звания лучших в мире, прошли через мас-рестлинг, упорно занимаясь им с малых лет. Среди якутов практически нет человека, который хоть раз в жизни не принимал бы участия в соревнованиях по этому виду. Сегодня наш народ любит и восхищается своими богатырями в этом виде спорта, такими как: Виктор Колибабчук, Николай Колодко, Анатолий Баишев, Евгений Сивцев, Владимир Шарин, Иван Белолобский, Федор Федоров, Андрей Маркин и др.

На своей исторической Родине мас-рестлинг пользуется огромной популярностью.

Как вид спорта мас-рестлинг (тогда мас-тардысыы или перетягивание палки) был описан ещё в 17 веке первыми исследователями Сибири и Крайнего Севера. В 1922 году после установления Советской власти в Якутии, в 1923 году был создан Якутский совет по физической культуре и спорту. Этим Советом в 1926 году были определены национальные виды спорта Якутии, описаны и составлены первые правила по этим видам. Впоследствии правила соревнований усовершенствовались неоднократно. В 1959 году были разработаны квалификационные нормативы.

В 1932 году перетягивание палки наряду с другими национальными видами спорта было включено в программу Всеякутской Спартакиады. А с 1968 года – в программу Спартакиады по национальным видам спорта «Игры Манчаары».



Заведующий

*Митусов С. А.*

*С. А. Митусов*

Первые официальные правила были разработаны в 1945 году, затем несколько раз пересмотрены и усовершенствованы, разработаны классификационные нормативы вплоть до звания мастера спорта Республики Саха (Якутия). В настоящее время соревнования проводятся по семи весовым категориям среди взрослых мужчин, пяти – у женщин, по шести среди юношей и благодаря новшествам стали очень динамичными и зрелищными.

В Республике Саха (Якутия) внесены изменения в программу физического воспитания общеобразовательных школ - в занятия по физкультуре включены национальные виды, в том числе и мас-рестлинг. Разработана специальная программа для детских спортивных школ, регулярно проводятся соревнования среди школьников. Во всех улусах (районах), в каждом населённом пункте действуют секции мас-рестлинга, плодотворно работают тренеры-энтузиасты.

Словом, традиции не забываются, заложен прочный фундамент, создана крепкая база и потенциал для дальнейшего развития огромен. Сравнительно новый вид единоборства в короткие сроки стал пользоваться большой популярностью в России и за её пределами. В 2000 году мас-рестлинг был включён в программу Международных спортивных игр «Дети Азии», которые имеют патронат Международного Олимпийского комитета.

### Правила

Два мас-рестлера садятся друг против друга, упираясь ступнями в доску, и стремятся перетянуть короткую деревянную палку на свою сторону. В отличие от других видов единоборств, в перетягивании палки нет прямого контакта соперников: они не наносят друг другу ударов, не скручивают руки и ноги, как в борьбе. Выигрывают те, кто имеет сильные руки, цепкие пальцы и крепкий хребет. Поединок может длиться весьма долго, все зависит от упорства соперников. Вид спорта очень демократичный, так как в нём могут принимать участие как мужчины, так и женщины, а также дети и ветераны.

Каждая встреча проходит до 2 побед и может состоять из 2 или 3 схваток.

Сегодня соревнования по этому виду спорта проводятся на помосте размером 4x5 м, высотой не более 0,8 м. В современном мас-рестлинге, начиная с 80-х годов прошлого века, правила несколько видоизменились – раньше палку просто тянули, сидя неподвижно, а позже молодые энтузиасты

  
Заведующий Методическим Ц. Романова Л.М.

этого вида начали применять разные приемы, пробежку по доске с целью выбить из равновесия противника, ввели ограничение по времени поединка. Победитель должен выиграть две схватки из трех. Все это способствовало быстрому росту популярности возрожденного вида, он стал очень зрелищным и динамичным, состязания и телевизионные трансляции с них неизменно вызывают интерес самой широкой публики.

### **Современный мас-рестлинг**

Точкой отсчёта развития мас-рестлинга в нашей стране по праву считается дата 16 июля 2003 года, когда приказом Госкомспорта РФ №: 546 мас-рестлинг был включен во Всероссийский реестр видов спорта как национальный вид спорта.

27 июня 2005 г. федеральной регистрационной службой Министерства юстиции России зарегистрирована Общероссийская общественная организация «Всероссийская федерация мас-рестлинга» с внесением в единый государственный реестр юридических лиц. ВФМР является членом Международной федерации мас-рестлинга и занимает в ней ведущие позиции. С момента создания ВФМР проведено десять чемпионатов страны – трижды в Москве, дважды в Красноярске, в Санкт-Петербурге, во Владимире, в Смоленске, в Вязьме и в Суздале. Ежегодно проводятся Абсолютный чемпионат страны и Первенство России по мас-рестлингу среди юношей, juniоров и ветеранов.

Чемпионат страны 2014 года прошёл в Москве (во Дворце борьбы им. Ивана Ярыгина) и собрал 133 спортсмена из 22 регионов, в том числе из Республики Крым и города федерального значения Севастополя.

В Международную федерацию мас-рестлинга, входят 33 страны мира. В ноябре 2014 года, в городе Якутске, прошёл Чемпионат мира по мас-рестлингу с участием 144 спортсменов, представляющих 35 стран мира из 5 континентов.

### **Уникальность и достоинства**

При кажущейся внешней незатейливости мас-рестлинг помогает атлетам развиваться всесторонне и гармонично, т.к. во время поединка задействованы все группы мышц. У систематически занимающихся мас-рестлеров формируется мышечный корсет, позволяющий выдерживать серьёзные нагрузки простого на вид поединка.



*Заведующий. Методический кабинет. Рубинский Н.В.*

Якутский мас-рестлинг как способ проверки силы и выносливости человека существует в мире в единственном числе, так как в нём заложена неимоверная техника и функциональность работы всех групп мышц.

По сравнению с прошлым веком правила мас-рестлинга сильно изменились. Раньше палку просто тянули, сидя неподвижно. Позже энтузиасты начали пробовать применять разные приемы, пробежку по доске с целью выбить из равновесия противника, ввели ограничение по времени поединка и т.д. Все это способствовало быстрому росту популярности возрожденного вида, он стал более зрелищным и динамичным, теперь состязания и телевизионные трансляции с места событий неизменно вызывают интерес самой широкой публики.

Мас-рестлинг – демократичный вид спорта, так как в нём могут принимать участие и мужчины, и женщины, и дети, и ветераны.

Для занятий мас-рестлингом не нужен дорогостоящий инвентарь, не требуются и специально оборудованные спортивные сооружения. Устроить состязания можно легко летом на открытом воздухе, а зимой – на небольшой площадке в любом помещении.

### Перспективы

19 февраля 2013 года Президент России Владимир Владимирович Путин в своём выступлении на заседании Совета по международным отношениям дал поручение о развитии исконных видов спорта народов России, вплоть до его вхождения в олимпийскую программу. А 23 июня 2014 года президент подписал поправки в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», принятые Государственной Думой РФ 10 июня и одобренные Советом Федерации Федерального Собрания РФ 18 июня.

Изменения федерального законодательства дают национальным видам спорта народов России дополнительные права и новый стимул для достижения цели, определённой Президентом России Владимиром Владимировичем Путиным, а именно – их продвижению в олимпийскую программу.

Богатая история, уровень современного развития и динамичное продвижение по всему миру делают мас-рестлинг одним из наиболее перспективных в данном направлении видов спорта.

Завершено. Методический Центр Романов А. П.

**VII. Результаты организации деятельности обучающихся (личное и командное участие обучающихся в спортивных соревнованиях, конкурсах, смотрах)**



ул. Дзержинского 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

## ПРИКАЗ

«25» апреля 2019 г.

№03-02/ 99-1.

г. Якутск

### Об участии в соревнованиях

На основании Положения о проведении Открытого чемпионата Монголии по мас-рестлингу – 2019 г. Зуунмод, Монгольская Народная Республика с 06 по 10 мая 2019 г.,

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Командировать Бурнашева Ивана, 2005 гр., в составе сборной команды Республики Саха (Якутия) по мас-рестлингу с 30 апреля по 11 мая 2019 г., для участия в соревнованиях по мас-рестлингу в весовой категории 50 кг.
2. Возложить ответственность за сохранность жизни и здоровья, во время участия в соревнованиях и следования по маршруту Якутск-Зуунмод-Якутск на тренера сборной команды В.В. Протопопова.
3. Специалисту по охране труда (Сыромятников Д.Д.) произвести инструктаж по технике безопасности.

Основание: Положение о соревнованиях.

Директор



В.Г. Черов

Ознакомлены:

 Бурнашев Иван

 Сыромятников Д.Д.

# MONGOLIA OPEN MANDAT

AMAS-WRESTLING TUV PROVINCE 2019



*Бурнашев. У. Н* нэр

*Освор 4е* ангилал

*50 кг* ЖИН

**Зохион байгуулах комисс**



БАРНА  
ОРДИНАДСУ  
РЕНАТОВА Г. А.

*[Handwritten signature]*



## Достижения воспитанников ДЮСШ-1 по мас-рестлингу

2016 г.

1. Внутришкольное соревнование, 4 ноября

35 кг Иннокентьев Сайдам 1м, Иванов Петя 2м, Винокуров Артем 3м

40кг Прокопьев Коля 1м, Слепцов Аркадий 2м, Григорьев Гриша 3м

45кг Попов Толя 1м, Соловьев Максим 2м, Семенов Сеня 3м

50кг Семенов Миша 1м, Куприянова Алиса 2м, Унаров Коля 3м

55кг Павлов Ариан 1м, Дьячков Миша 2м, Горохов Герман 3м

Св 55кг Винокуров Антон 1м, Петров Леня 2м, Унаров Алик 3м

2. Товарищеская встреча между командами ДЮСШ-1 и ДЮСШ-7, ДЮСШ-1, 4 декабря

34кг Винокуров Артем 2м

38кг Иннокентьев Сайдам 2м, Ефимов Никита 3м

42кг Соловьев Максим 2м, Шадрин Вадим 3м

46кг Попов Толя 1м, Попов Аяан 3м

50кг Павлов Ариан 1м, Дьячков Миша 2м

Св 50кг Винокуров Антон 1м, Петров Леня 2м, Сивцев Антон 3м

2017 г.

1. Республиканский турнир на призы мастеров спорта, с. Черкех Таттинский улуса, 25-26 февраля

34кг Винокуров Артем 3м

Св 42кг Семенов Слава 3м

2. Первенство г. Якутска среди юношей 2002-2003 г.р., 21 марта

40кг Прокопьев Коля 2м



45кг Попов Толя 1м, Соловьев Максим 3м

55кг Сивцев Антон 2м

65кг Барашков Слава 3м

70кг Винокуров Антон 1м

Св 70кг Петров Леня 2м

2. Товарищеская встреча между командами ДЮСШ-7 и ДЮСШ-1, с. Хатассы, 24 марта

34кг Винокуров Артем 1м, Иванов Петя 2м, Черкашин Арылхан 3м

38кг Иннокентьев Сайдам 1м

46кг Шадрин Вадим 1м, Григорьев Гриша 2м, Буслаев Руслан 3м

55кг Афанасьев Вася 3м

Св 55кг Горохов Герман 1м, Сивцев Арсен 2м

3. Первенство Республики среди юношей 2002-2003 г. р., г. Якутск

70кг Винокуров Антон 3м

4. Открытый турнир, посвященный ко Дню Победы в ВОВ среди юношей 2002 г. р. и младше, г. Якутск, 5 мая

35кг Попов Сережа 2м, Иванов Петя 3м

40кг Прокопьев Коля 3м

45кг Соловьев Максим 2м, Буслаев Руслан 3м

55кг Сивцев Антон 3м

70кг Винокуров Антон 1м, Сивцев Арсен 3м

Св 70кг Петров Леня 2м, Семенов Слава 3м

5. Отборочный турнир Спартакиады России среди юношей 2002-2003 г. р., г. Якутск, 22-24 сентября

80кг Винокуров Антон 3м



6. Внутришкольное соревнование «Открытие сезона», 8 октября  
35кг Иванов Петя 1м, Саввина Ирена 2м, Винокуров Артем 3м  
40кг Слепцов Аркадий 1м, Лебедев Артур 2м  
45кг Прокопьев Коля 1м, Буслаев Руслан 2м, Куприянова Алиса 3м  
60кг Сивцев Антон 1м, Дьячков Миша 2м, Попов Толя 3м  
Св 60кг Винокуров Антон 1м, Барашков Слава 2м, Семенов Слава 3м

7. Первенство г. Якутска среди юношей 2001-2002, 2003-2004 г. р., 20 октября

2003-2004 г. р.

40кг Иннокентьев Сайдам 1м  
45кг Прокопьев Коля 1м, Шадрин Вадим 3м  
50кг Соловьев Максим 2м, Афанасьев Вася 3м  
55кг Дьячков Миша 1м  
60кг Павлов Ариан 1м  
65кг Барашков Слава 2м  
Св 70кг Семенов Слава 3м

2001-2002 г. р.

50кг Попов Толя 1м  
60кг Сивцев Антон 3м  
75кг Винокуров Антон 1м

9. Республиканский турнир «Логой мадьынылара», с. Кэптэни Усть Алданского улуса, 1-3 декабря

42кг Прокопьев Коля 3м

10. Открытый турнир, посвященный к 50-летию Копырина И.И. среди юношей 2003-2004, 2005-2006 г. р., 22 декабря, г. Якутск



2005-2006 г. р.

35кг Иванов Петя 3м

40кг Ефимов Никита 3м

45кг Яковлев Игорь 3м

50кг Буслаев Руслан 2м

Св 50кг Готовцев Саша 3м

2003-2004 г. р.

40кг Иннокентьев Сайдам 3м

50кг Соловьев Максим 1м, Афанасьев Вася 3м

55кг Дьячков Миша 2м

60кг Павлов Ариан 3м

Св 65кг Семенов Слава 3м

**2018 г.**

1. Открытый Первенство г. Якутска, ДЮСШ-1, 16-18 февраля

40кг Прокопьев Коля 2м

2. Первенство Республики среди юношей 2003-2004 г.р., г. Якутск, 23-25 февраля

55кг Дьячков Миша 3м

3. Товарищеская встреча между командами ДЮСШ-1 и ДЮСШ-7 с. Хатассы, 13 апреля, ДЮСШ-1

40кг Куприянов Кеша 3м

45кг Иннокентьев Сайдам 2м, Яковлев Игорь 3м

50кг Буслаев Руслан 2м, Шадрин Вадим 3м

ВЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО ЖИМАН  
РОМАНОВА Л.А.



4. Открытый турнир, посвященный ко Дню Победы в ВОВ среди юношей 2001-2002, 2003-2004, 2005-2006 г. р., г. Якутск, 29 апреля

2005-2006 г. р.

40кг Иванов Петя 3м

45кг Яковлев Игорь 2м, Слепцов Аркадий 3м

50кг Буслаев Руслан 2м

Св 70кг Готовцев Саша 3м

2003-2004 г. р.

45кг Прокопьев Коля 1м

50кг Афанасьев Вася 2м

55кг Дьячков Миша 1м, Соловьев Максим 3м

65кг Барашков Слава 2м

Св 70кг Васильев Коля 3м

2001-2002 г. р.

50кг Попов Толя 1м

5. Республиканский турнир на призы Константинова Н. Э. среди юношей 2004-2005 г. р., с. 1 Хомустаах Намского улуса, 9 июня

Св 80кг Готовцев Саша 2м

6. Товарищеская встреча между командами ДЮСШ-1 и ДЮСШ-7, с. Хатассы, 30 октября

2006-2008 г.р.

35кг Данилов Ньургустаан 3м

45кг Иванов Петя 1м

50кг Сигов Андрей 1м, Иванов Петя 2м

2004-2005 г. р.

40кг Винокуров Артем 2м

50кг Шадрин Вадим 2м, Яковлев Игорь 3м



55кг Буслаев Руслан 3м

60кг Афанасьев Вася 1м

7. Республиканский турнир на призы Н. Гоца среди юношей 2001, 2002-2003, 2004-2005 г. р., с. Тяхтюр Хангаласского улуса, 4 ноября

2004-2005 г. р.

40кг Винокуров Артем 2м

60кг Афанасьев Вася 2м

2002-2003 г. р.

50кг Попов Толя 2м, Прокопьев Коля 3м

60кг Сивцев Антон 2м, Дьячков Миша 3м

8. Республиканский турнир «Легей мадьынылара» среди юношей 2001-2002, 2003-2004, 2005-2006, 2007 и мл. г. р., с. Кэптэни Усть Алданского улуса, 30-2 декабря

2007 и младше

28кг Дорофеев Алгыс 2м

2003-2004 г. р.

48кг Прокопьев Коля 3м

9. Первенство г. Якутска среди юношей 2002-2003 и 2004-2005 г. р., 7 школа, 5 декабря

2004-2005 г. р.

40к Винокуров Артем 2м

45кг Иннокентьев Сайдам 2м

50кг Сигов Андрей 2м

Св 70кг Васильев Коля 3м

2002-2003 г. р.

50кг Прокопьев Коля 2м

60кг Дьячков Миша 1м



65кг Сивцев Антон 1м  
75кг Винокуров Антон 1м  
Св 75кг Семенов Слава 3м

10. Командный Кубок Федерации РС(Я), г. Якутск, 7-9 декабря

50кг Попов Толя 3м

### 2019 г.

1. Открытый турнир СК «Модун» среди юношей 2005-2004, 2003-2002 г. р.,  
16-17 апреля

2005-2004 г. р.

50кг Шадрин Вадим 3м

Св 70кг Васильев Коля

2003-2002 г. р.

50кг Прокопьев Коля 2м

60кг Дьячков Миша 1м

65кг Сивцев Антон 3м

70кг Барашков Слава 3м

2. Открытый турнир на призы СК «Модун», 7-8 октября

50кг Прокопьев Коля 1м

60кг Дьячков Миша 2м

3. Республиканский турнир на призы Н. Гоца среди юношей 2006-2005, 2004-  
2003 г. р., с. Техтур Хангаласского улуса, 3 ноября

2006-2005 г. р.

40кг Данилов Ньургустаан 1м

45кг Винокуров Артем 1м

50кг Попов Сергей 3м

ВЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО  
РОМАНОВА Л.А.



55кг Сигов Андрей 1м

2004-2003 г.р.

55кг Прокопьев Коля 3м

60кг Антонов Эдик 2м

65кг Дьячков Миша 1м

4. Открытый турнир на призы «Легей мадьынылара», с. Кэптени Усть Алданского улуса, 6-8 декабря

30кг Дорофеев Алгыс 3м

74кг Барашков Слава 3м

5. Кубок Федерации РС(Я), г. Якутск, 20-22 декабря

65кг Дьячков Миша 3м

#### 2020 г.

1. Лично-командное первенство РССС в РС(Я), 22 февраля

60кг Попов Толя 3м

#### 2021 г.

1. Открытое Первенство г. Якутска среди юношей 2007-2006, 2005-2004 г. р., 17-19 февраля

2006-2007 г. р.

60кг Сигов Андрей 1м

2004-2005 г. р.

50кг Винокуров Артем 2м

65кг Антонов Эдик 3м

2. Лично-командное Первенство РС(Я) среди юношей и девушек 2004-2005, 2006-2007 г. р., 12-14 марта

БЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО К.Д.С.М.  
РОМАНОВА Л.А.





2006-2007 г. р.

60кг Сигов Андрей 2м

2004-2005 г. р.

70кг Антонов Эдик 3м

ВЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО  
РОМАНОВА Л.А.





ул. Дзержинского 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

ПРИКАЗ

«01» июня 2018 г.

№01-08/26

**О присвоении спортивных и юношеских разрядов**

ПРИКАЗЫВАЮ:

Учащимся, принявшим участия в соревнованиях и показавшим результаты соответствующие разрядным требованиям, присвоить спортивные и юношеские разряды:

**БАСКЕТБОЛ**

| <i>Жмаев В.А.</i>    |      |               |                      |      |               |
|----------------------|------|---------------|----------------------|------|---------------|
| <b>2 юношеский</b>   |      |               | Индеев Денис         | 2004 | РС(Я) 1 место |
| <i>Стручков С.Ю.</i> |      |               |                      |      |               |
| <b>3 юношеский</b>   |      |               | Сахабутдинова Алина  | 2003 | РС(Я) 3 место |
| Перцева Ольга        | 2003 | РС(Я) 3 место | Гучнолобова Анжелика | 2002 | РС(Я) 3 место |
|                      |      |               | Яндубаева Лидия      | 2003 | РС(Я) 3 место |

**БОКС**

| <i>Игнатъев А.Н.</i> |      |                |                     |      |                   |
|----------------------|------|----------------|---------------------|------|-------------------|
| <b>3 юношеский</b>   |      |                | Цыренжапов Денис    | 2006 | год занятий 1/1   |
| <b>2 юношеский</b>   |      | РТ 1 место 2/2 | Шакирбеков Алтанбек | 2005 | ПГ 2 место 2/1    |
| Орлов Антон          | 2004 | ПГ 2 место 3/2 | Неустроев Тускун    | 2006 | ПГ 1 место 2/2    |
| <b>1 юношеский</b>   |      |                | Кудрявцев Валерий   | 2004 | РС(Я) 1 место 1/1 |
| Николаев Марк        | 2003 | ПГ 1 место 1/1 | Карагулов Мырзакан  | 2005 | ПГ 1 место 1/1    |
|                      |      |                | Барахов Данил       | 2004 | ДФО 1 место 3/3   |
| <i>Батура А.Н.</i>   |      |                |                     |      |                   |
| <b>3 юношеский</b>   |      |                | Саинов Григорий     | 2004 | год занятий 2/1   |
| <b>2 юношеский</b>   |      |                | Андрющенко Амир     | 2006 | РТ 2 место 3/2    |
| Сивцев Илья          | 2005 | ПГ 3 место 2/1 | Степанов Радион     | 2007 | ПГ 1 место 3/3    |
| Гуляев Сергей        | 2006 | ПГ 1 место 1/1 | Укусунникова Марина | 2004 | ПГ 1 место 1/1    |
| Рац Сергей           | 2005 | ПГ 2 место 2/1 | Гусляков Николай    | 2005 | РТ 2 место 2/1    |
| <b>1 юношеский</b>   |      |                | Тарабукин Айтал     | 2004 | РС(Я) 3 место 3/2 |
| Слепцов Владимир     | 2004 | ПГ 1 место 2/2 | Джумаева Мира       | 2001 | РС(Я) 1 место 1/1 |
|                      |      |                | Егоров Александр    | 2005 | ПГ 1 место 3/3    |
| <i>Калинин А.В.</i>  |      |                |                     |      |                   |
| <b>1 юношеский</b>   |      |                | Байыш Уулу Амантур  | 2005 | ПГ 1 место 2/2    |
|                      |      |                | Дворичанская Марина | 2003 | ПГ 1 место 1/1    |
| <i>Бережнев С.И.</i> |      |                |                     |      |                   |
| <b>3 юношеский</b>   |      |                | Конюченко Егор      | 2007 | ПГ 3 место 2/1    |
| <b>2 юношеский</b>   |      |                | Народов Августин    | 2006 | ПГ 1 место 2/2    |
| Гаврилов Илья        | 2005 | ПГ 3 место 2/1 | Агофонников Стас    | 2006 | ПГ 2 место 3/2    |
|                      |      |                | Исаков Елисей       | 2003 | ПГ 3 место 2/1    |
| <b>1 юношеский</b>   |      |                | Соловьев Павел      | 2002 | ПГ 1 место 2/2    |
|                      |      |                | Клименко Евгений    | 2002 | ПГ 1 место 2/2    |

| <b>Строева А.А.</b> |      |                |                     |      |               |
|---------------------|------|----------------|---------------------|------|---------------|
| <b>3 юношеский</b>  |      |                | Васильев Валентин   | 2007 | 60м.-8,90     |
| Нургалина Нина      | 2007 | 60м.-10,0      | Баканов Роман       | 2007 | 60м.-8,90     |
| Хатамова Мадина     | 2009 | 1500м.-7.31,02 | Слепченко Евгений   | 2009 | 60м.-9,53     |
| Федорова Юлия       | 2009 | 1500м.-7.29,13 | Петров Семен        |      | 60м.-9,43     |
| <b>2 юношеский</b>  |      |                | Егорова Ариана      | 2006 | 60м.-9,80     |
| <b>1 юношеский</b>  |      |                | Золотарева Валерия  | 2007 | 60м.-9,20     |
| <b>Чачуа Д.К.</b>   |      |                |                     |      |               |
| <b>3 юношеский</b>  |      |                | Шадрин Сандар       | 2007 | 300м.-58,9    |
|                     |      |                | Колита Олеся        | 2009 | 60м.-9,90     |
| <b>Гуляев С.В.</b>  |      |                |                     |      |               |
| <b>3 юношеский</b>  |      |                | Кобелева Валерия    | 2005 | 600м.-2.18,50 |
| Цеев Максим         | 2006 | 300м.-56,9     | Стручков Алексей    | 2006 | 300м.-57,0    |
| Кузьмина Настасья   | 2006 | 60м.-10,36     | Гуляев Артур        | 2006 | 300м.-57,70   |
| <b>Гузов А.А.</b>   |      |                |                     |      |               |
| <b>III разряд</b>   |      |                | Зятьков Максим      | 2002 | 400м.-57,35   |
| <b>3 юношеский</b>  |      |                | Захаров Радомир     | 2007 | 600м.-2.01,50 |
| Семенова Анастасия  | 2007 | 600м.-2.22,00  | Шкулева Анастасия   | 2007 | 60м.-10,21    |
| Намдыкова Аина      | 2007 | 60м.-10,40     | Сухотская Елизавета | 2007 | 600м.-2.28,00 |
|                     |      |                | Карпенко Виктория   | 2006 | 60м.-9,60     |

#### МАС-РЕСТЛИНГ

| <b>Копырин И.И.</b> |      |            |                    |      |               |
|---------------------|------|------------|--------------------|------|---------------|
| <b>2 юношеский</b>  |      |            | Винокуров Артем    | 2005 | РТ 3 место    |
| Сивцев Антон        | 2002 | РТ 3 место | Семенов Вячеслав   | 2003 | РТ 3 место    |
| Иванов Петр         | 2006 | РТ 3 место | Барашков Вячеслав  | 2003 | РТ 2 место    |
| Буслаев Руслан      | 2005 | РТ 2 место | Шадрин Вадим       | 2004 | ПГ 3 место    |
| Яковлев Игорь       | 2005 | РТ 2 место | Афанасьев Василий  | 2004 | РТ 2 место    |
| <b>1 юношеский</b>  |      |            | Дьячков Михаил     | 2003 | РС(Я) 3 место |
| Попов Анатолий      | 2002 | ПГ 1 место | Винокуров Антон    | 2002 | РС(Я) 3 место |
| Соловьев Максим     | 2003 | РТ 1 место | Прокопьев Николай  | 2003 | ПГ 1 место    |
|                     |      |            | Иннокентьев Сайдам | 2004 | ПГ 1 место    |

#### СЕВЕРНОЕ МНОГОБОРЬЕ

| <b>Шарга А.Н.</b>  |      |             |                   |      |                  |
|--------------------|------|-------------|-------------------|------|------------------|
| <b>2 юношеский</b> |      |             | Деляев Сайдам     | 2003 | 94 нарты         |
| <b>1 юношеский</b> |      |             | Максимова Федосия | 2001 | 122 нарты        |
| Деляев Мичил       | 2004 | 6,51 прыжок | Софронов Николай  | 2004 | 3,39 1000 метров |

#### СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

| <b>Ощепкова Л.Л.</b>  |      |      |                      |      |       |
|-----------------------|------|------|----------------------|------|-------|
| <b>1 юношеский</b>    |      |      | Прудецкая Камила     | 2010 | 32,9  |
|                       |      |      | Савельева Валентина  | 2010 | 32,0  |
| <b>III разряд</b>     |      |      | Цыбикова Арюна       | 2010 | 32,55 |
|                       |      |      | Васильева Полина     | 2010 | 32,4  |
| <b>Лысак О.С.</b>     |      |      |                      |      |       |
| <b>3 юношеский</b>    |      |      | Артемова Элеонора    | 2012 | 35,8  |
|                       |      |      | Налетова Кира        | 2012 | 35,3  |
| <b>2 юношеский</b>    |      |      | Перевозчикова Алиса  | 2011 | 33,7  |
|                       |      |      | Ермакова Анна        | 2012 | 33,0  |
| <b>III разряд</b>     |      |      | Краснова Камила      | 2008 | 32,9  |
| <b>Алексеева Т.И.</b> |      |      |                      |      |       |
| <b>2 юношеский</b>    |      |      | Лисина Софья         | 2010 | 35,0  |
| Этигясова Сандара     | 2010 | 36,4 | Лазарева Элла        | 2011 | 33,4  |
| Охотина Анна          | 2010 | 32,4 | Дьячковская Дайана   | 2010 | 34,5  |
| Сидоренко Валерия     | 2009 | 36,0 | Побережная Маргарита | 2010 | 32,6  |

|                         |      |      |                      |      |      |
|-------------------------|------|------|----------------------|------|------|
| Омолоева Карина         | 2010 | 32,3 | Мордовская Валентина | 2010 | 33,6 |
| <b>Кривошапкин У.П.</b> |      |      |                      |      |      |
| <b>2 юношеский</b>      |      |      | Елохин Сергей        | 2008 | 52,9 |
| Меренков Кирилл         | 2009 | 48,0 | Кулинский Алексей    | 2009 | 50,1 |
| <b>Саммель Л.Ю.</b>     |      |      |                      |      |      |
| <b>3 юношеский</b>      |      |      | Процюк Мирон         | 2012 | 54,6 |
| Антипин Артем           | 2012 | 52,3 | Батура Александр     | 2012 | 51,2 |
| Сорокин Семен           | 2012 | 49,5 | Бутенко Александр    | 2012 | 51,4 |
| Сосин Айал              | 2012 | 50,8 | Семенов Никита       | 2011 | 52,1 |
| Крупин Арсений          | 2011 | 51,6 | Суханов Алексей      | 2012 | 51,2 |
| Дюнин Ярослав           | 2012 | 48,7 | Степанов Прокопий    | 2012 | 48,3 |
| Неустроев Дамир         | 2012 | 49,0 | Куприянов Кирилл     | 2011 | 50,9 |
| Козырев Александр       | 2011 | 50,5 | Васильев Вячеслав    | 2011 | 50,7 |
| <b>Черкашин П.Н.</b>    |      |      |                      |      |      |
| <b>3 юношеский</b>      |      |      | Гомзяков Роман       | 2010 | 53,3 |
|                         |      |      | Ершов Василий        | 2011 | 54,9 |
| <b>2 юношеский</b>      |      |      | Герасимов Владислав  | 2008 | 48,7 |

Директор



В.Г. Черов



ул. Дзержинского 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

ПРИКАЗ

«28» января 2019 г.

№01-08/05

**О присвоении спортивных и юношеских разрядов**

ПРИКАЗЫВАЮ:

Учащимся, принявшим участия в соревнованиях и показавшим результаты соответствующие разрядным требованиям, присвоить спортивные и юношеские разряды:  
ГИРЕВОЙ СПОРТ

| <i>Гуляева Е.Н.</i> |  |  |                |      |                     |
|---------------------|--|--|----------------|------|---------------------|
| <b>2 юношеский</b>  |  |  | Марков Альберт | 2004 | св. 73кг.(16) 140,5 |
| <b>1 юношеский</b>  |  |  | Яковлев Эрэл   | 2002 | до 58кг.(16) 138,5  |

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

| <i>Нечаев П.А.</i> |  |  |            |      |             |
|--------------------|--|--|------------|------|-------------|
| <b>III разряд</b>  |  |  | Буд Максим | 2003 | 60 с/б 9,17 |

| <i>Алексеев В.Р.</i> |      |           |                     |      |             |
|----------------------|------|-----------|---------------------|------|-------------|
| <b>3 юношеский</b>   |      |           | Слепцова Анна       | 2007 | 50м.-8,61   |
| <b>2 юношеский</b>   |      |           | Федорова Александра | 2008 | 50м.-8,52   |
| Буслаева Татьяна     | 2006 | 50м.-8,27 | Бондарчук Максим    | 2006 | 60м.-8,90   |
|                      |      |           | Тихонов Артем       | 2005 | 200м.-30,06 |
| <b>III разряд</b>    |      |           | Ноева Кира          | 2006 | высота 140  |
| Федоров Андриан      | 2003 | 60м.-7,89 | Грудо Ярослава      | 2005 | 50м.-7,70   |

| <i>Варфоломеева С.Ф.</i> |      |               |                    |      |                           |
|--------------------------|------|---------------|--------------------|------|---------------------------|
| <b>3 юношеский</b>       |      |               | Елисеева Наталья   | 2004 | 60м.-9,97                 |
| Федорова Аурика          | 2005 | 50м.-8,66     | Семенова Даяна     | 2008 | 50м.-8,80                 |
|                          |      |               | Соловьев Айдар     | 2007 | 60м.-7,72                 |
| <b>2 юношеский</b>       |      |               | Хомподоев Семен    | 2006 | 300м.-48,88               |
| <b>1 юношеский</b>       |      |               | Гаврильева Лана    | 2005 | 50м.-8,05                 |
| Луковцева Камила         | 2005 | 600м.-2.09,36 | Клепцова Екатерина | 2006 | 50м.-8,14                 |
| <b>III разряд</b>        |      |               | Соколова Вера      | 2007 | 50м.- 7,41<br>200м.-31,43 |

| <i>Строева А.А.</i> |      |           |                       |      |                             |
|---------------------|------|-----------|-----------------------|------|-----------------------------|
| <b>3 юношеский</b>  |      |           | Ефимова Лидия         | 2008 | 60м.-10,71                  |
| Викангуен Тао       | 2009 | 60м.-9,53 | Колесникова Екатерина | 2009 | 50м.-8,83                   |
| Викангуен Ми        | 2007 | 60м.-9,50 | Анкудинова Яна        | 2007 | 60м.-10,16                  |
|                     |      |           | Семенов Александр     | 2009 | 60м.-9,40                   |
| <b>2 юношеский</b>  |      |           | Барашков Никита       | 2007 | 60м.-9,44                   |
| <b>1 юношеский</b>  |      |           | Егорова Ариана        | 2006 | 300м.- 53,63<br>200м.-34,33 |
|                     |      |           | Бойко Анна            | 2008 | 200м.-34,34                 |
| <b>III разряд</b>   |      |           | Золотарева Валерия    | 2007 | 50м.-7,62                   |

| <i>Чачуа Д.К.</i>  |      |           |                |      |           |
|--------------------|------|-----------|----------------|------|-----------|
| <b>3 юношеский</b> |      |           | Лахитова Нелли | 2008 | 50м.-8,82 |
| Балухин Алексей    | 2008 | 50м.-8,00 | Сафонов Артем  | 2007 | 50м.-7,9  |

МАС-РЕСТЛИНГ

| <i>Копырин И.И.</i> |      |            |                |      |            |
|---------------------|------|------------|----------------|------|------------|
| <b>2 юношеский</b>  |      |            | Бурнашов Иван  | 2005 | ПГ 3 место |
| Сигов Андрей        | 2006 | ПГ 2 место | Дорофеев Алгыс | 2008 | РТ 2 место |

|                    |  |  |                  |      |            |
|--------------------|--|--|------------------|------|------------|
|                    |  |  | Васильев Николай | 2004 | ПГ 3 место |
| <b>1 юношеский</b> |  |  | Сивцев Антон     | 2002 | ПГ 1 место |

СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

*Ощепкова Л.Л.*

|                    |      |      |                      |      |       |
|--------------------|------|------|----------------------|------|-------|
| <b>2 юношеский</b> |      |      | Мордовская Валентина | 2010 | 37,6  |
| <b>1 юношеский</b> |      |      | Этигясова Сандара    | 2010 | 34,6  |
| Чикина Милана      | 2010 | 33,3 | Дьячковская Дайана   | 2009 | 33,45 |
| Бурнина Светлана   | 2011 | 32,0 | Умеренко Полина      | 2011 | 34,0  |
| <b>III разряд</b>  |      |      | Кынтоярова Ева       | 2010 | 34,1  |
|                    |      |      | Васильева Моника     | 2008 | 32,5  |

*Лысак О.С.*

|                    |      |      |                    |      |       |
|--------------------|------|------|--------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |      | Васильева Софья    | 2013 | 34,4  |
| Скрябина Алексана  | 2012 | 32,5 | Алексеева Айсена   | 2012 | 38,6  |
|                    |      |      | Кузнецова Алена    | 2012 | 32,2  |
| <b>2 юношеский</b> |      |      | Артемова Элеонора  | 2012 | 33,85 |
| Проценко Кира      | 2012 | 33,4 | Лукоянова Василиса | 2012 | 35,5  |
| <b>1 юношеский</b> |      |      | Макарова Кристина  | 2011 | 32,95 |
|                    |      |      | Иванова Дарья      | 2011 | 32,7  |

*Юшкова В.А.*

|                    |      |      |                    |      |       |
|--------------------|------|------|--------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |      | Федорова Алиса     | 2012 | 39,1  |
| Косьянова Виктория | 2010 | 33,5 | Каленых Александра | 2012 | 34,05 |
| <b>2 юношеский</b> |      |      | Шайхет Дарья       | 2011 | 37,85 |
| Колесова Айза      | 2011 | 33,8 | Корзинникова Алиса | 2011 | 35,95 |
|                    |      |      | Егорова Анна       | 2011 | 36,65 |
| <b>III разряд</b>  |      |      | Михайлова Антонина | 2008 | 32,1  |

*Алексеева Т.И.*

|                    |      |      |                    |      |       |
|--------------------|------|------|--------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |      | Хозеева Милана     | 2012 | 32,2  |
| Будаева Аяна       | 2011 | 35,0 | Куприянова Камила  | 2012 | 33,55 |
|                    |      |      | Винокурова Агнесса | 2011 | 32,95 |
| <b>2 юношеский</b> |      |      | Лазарева Элла      | 2011 | 34,6  |
|                    |      |      | Валь Диана         | 2011 | 34,75 |

*Кривошапкин У.П.*

|                    |  |  |                |      |      |
|--------------------|--|--|----------------|------|------|
| <b>3 юношеский</b> |  |  | Самсонов Дамир | 2011 | 48,7 |
|                    |  |  | Рожин Николай  | 2010 | 48,4 |
| <b>2 юношеский</b> |  |  | Романов Петр   | 2010 | 52,8 |
|                    |  |  | Сосин Эрэл     | 2010 | 53,2 |
| <b>1 юношеский</b> |  |  | Елохин Сергей  | 2008 | 49,5 |

*Саммель Л.Ю.*

|                    |      |      |                   |      |      |
|--------------------|------|------|-------------------|------|------|
| <b>3 юношеский</b> |      |      | Полушкин Дьюлур   | 2012 | 52,8 |
| Шабанов Лев        | 2012 | 49,2 | Васильев Вячеслав | 2011 | 51,6 |
| <b>2 юношеский</b> |      |      | Антипин Артем     | 2012 | 49,8 |
| Бутенко Александр  | 2012 | 49,3 | Прошок Мирон      | 2012 | 50,9 |
| Суханов Алексей    | 2012 | 49,4 | Крупин Арсений    | 2011 | 48,7 |
| <b>III разряд</b>  |      |      | Кобяков Георгий   | 2009 | 52,4 |

*Черкашин П.Н.*

|                    |      |      |                     |      |      |
|--------------------|------|------|---------------------|------|------|
| <b>3 юношеский</b> |      |      | Егоров Айтал        | 2011 | 52,6 |
| Назаров Ян         | 2011 | 55,0 | Яковлев Дуолан      | 2011 | 48,6 |
| <b>2 юношеский</b> |      |      | Исаев Егор          | 2011 | 50,2 |
|                    |      |      | Полушкин Иван       | 2009 | 49,6 |
| <b>1 юношеский</b> |      |      | Герасимов Владислав | 2008 | 49,7 |

Директор



В.Г.Черов

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №1»  
городского округа «город Якутск»  
(МБУ ДО ДЮСШ № 1)



«Дьокуускай куорат» куораттаабы уокуругун  
«1 нүөмэрдээх оҕо спортивной оскуолата»  
эбии үөрэхтээһинигэ  
муниципальной бюджет тэрилтэтэ

ул. Дзержинского 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

ПРИКАЗ

«13» января 2020 г.

№01-08/01

**О присвоении спортивных и юношеских разрядов**

ПРИКАЗЫВАЮ:

Учащимся, принявшим участия в соревнованиях и показавшим результаты соответствующие разрядным требованиям, присвоить спортивные и юношеские разряды:  
БОКС

| <i>Игнатъев А.Н.</i>     |      |                 |                      |      |                 |
|--------------------------|------|-----------------|----------------------|------|-----------------|
| <b>3 юношеский</b>       |      |                 | Спиридонов Самсон    | 2008 | РТ 1 место 2/2  |
| <i>Слепцов А.С.</i>      |      |                 |                      |      |                 |
| <b>3 юношеский</b>       |      |                 | Слепцов Ньургун      | 2007 | год занятий 1/1 |
|                          |      |                 | Старостин Дьулусхаан | 2007 | ПГ 3 место 2/1  |
| <i>Протодьяконов С.П</i> |      |                 |                      |      |                 |
| <b>3 юношеский</b>       |      |                 | Карпов Артур         | 2007 | год занятий 1/1 |
| Тарский Михаил           | 2007 | год занятий 2/2 | Курамышин Александр  | 2005 | год занятий 2/1 |
| Жирков Никифор           | 2005 | год занятий 2/1 | Габоев Исмаил        | 2005 | год занятий 2/1 |
| <b>1 юношеский</b>       |      |                 | Сафолов Самардин     | 2006 | РТ 2 место 3/2  |

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

| <i>Нечаев П.А.</i>       |      |               |                    |      |               |
|--------------------------|------|---------------|--------------------|------|---------------|
| <b>III разряд</b>        |      |               | Козырев Виктор     | 2006 | 100м. 12,70   |
| Левин Сергей             | 2005 | 60м. 7,71     | Ощепков Илья       | 2005 | 60м. 7,78     |
|                          |      |               | Мельник Василий    | 2005 | высота 165    |
| <i>Варфоломеева С.Ф.</i> |      |               |                    |      |               |
| <b>3 юношеский</b>       |      |               | Тоскина Туйара     | 2007 | 60м.-10,28    |
| Кочнева Арина            | 2009 | 60м.-10,23    | Сивцева Лилиана    | 2007 | 200м.-39,47   |
|                          |      |               | Казачук Лира       | 2009 | 200м.-37,10   |
| <b>2 юношеский</b>       |      |               | Комарова Инесса    | 2005 | 60м.-9,52     |
| Федорова Аурика          | 2005 | 60м.-9,60     | Трофимова Вероника | 2004 | 60м.-9,80     |
| <b>1 юношеский</b>       |      |               | Каратаева Дарина   | 2006 | 60м.-9,24     |
|                          |      |               | Догордурова Куннэй | 2006 | 200м.-33,24   |
| <i>Строева А.А.</i>      |      |               |                    |      |               |
| <b>3 юношеский</b>       |      |               | Андреева Диана     | 2010 | 60м.-10,26    |
| Пухова Илона             | 2009 | 200м.-39,80   | Степанов Иван      | 2008 | 60м.-9,20     |
| Леонтьев Дьулусхан       | 2011 | 60м.-10,50    | Власова Кристина   | 2007 | 60м.-10,26    |
| <b>2 юношеский</b>       |      |               | Жиркова Анастасия  | 2011 | 600м.-2.14,53 |
| Хатомаева Мадина         | 2009 | 60м.-9,70     | Заболоцкая Юлия    | 2007 | 60м.-9,80     |
| <b>1 юношеский</b>       |      |               | Ефимова Лидия      | 2008 | 200м.-34,10   |
| Михеева Елена            | 2007 | 600м.-2.10,13 | Нургалина Нина     | 2007 | 200м.-33,50   |
|                          |      |               | Петров Семен       | 2009 | 60м.-8,20     |
| <b>III разряд</b>        |      |               | Егорова Ариана     | 2006 | 60м.-8,55     |

|                     |      |             |                    |      |             |
|---------------------|------|-------------|--------------------|------|-------------|
|                     |      |             | Новгородова Дарина | 2007 | 200м.-31,90 |
| <b>Охотина А.С.</b> |      |             |                    |      |             |
| <b>3 юношеский</b>  |      |             | Миронова Нелли     | 2009 | 200м.-39,95 |
| Осминин Алексей     | 2006 | 200м.-33,23 | Горлов Игорь       | 2010 | 60м.-9,30   |
| Иванова Анелия      | 2006 | 200м.-37,02 | Калинина Ксения    | 2011 | 60м.-10,00  |
| <b>2 юношеский</b>  |      |             | Дорофеева Снежанна | 2008 | 200м. 34,3  |
|                     |      |             | Кашлева Татьяна    | 2008 | 200м. 35,81 |
| <b>1 юношеский</b>  |      |             | Пуляевская Арина   | 2008 | 200м. 33,95 |

МАС-РЕСТЛИНГ

|                     |      |            |                     |      |            |
|---------------------|------|------------|---------------------|------|------------|
| <b>Копырин И.И.</b> |      |            |                     |      |            |
| <b>2 юношеский</b>  |      |            | Антонов Эдуард      | 2004 | РТ 2 место |
|                     |      |            | Попов Сергей        | 2005 | РТ 3 место |
| <b>1 юношеский</b>  |      |            | Данилов Ньургустаан | 2006 | РТ 1 место |
| Винокуров Артем     | 2005 | РТ 1 место | Сигов Андрей        | 2006 | РТ 1 место |

СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

|                      |      |       |                      |      |       |
|----------------------|------|-------|----------------------|------|-------|
| <b>Ощепкова Л.Л.</b> |      |       |                      |      |       |
| <b>3 юношеский</b>   |      |       | Берченко София       | 2012 | 36,35 |
| <b>2 юношеский</b>   |      |       | Кирилина Александра  | 2012 | 32,17 |
| Кару Алиса           | 2012 | 36,17 | Зудихина Дарья       | 2011 | 32,04 |
| <b>1 юношеский</b>   |      |       | Хозеева Милана       | 2012 | 34,94 |
| <b>III разряд</b>    |      |       | Дьячковская Дайана   | 2009 | 32,3  |
| Умеренко Полина      | 2011 | 34,37 | Мордовская Валентина | 2010 | 32,5  |

**Лысак О.С.**

|                    |      |       |                    |      |       |
|--------------------|------|-------|--------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |       | Гончарова Василиса | 2014 | 32,5  |
| Рахоля Соня        | 2014 | 36,3  | Сидорова Каролина  | 2014 | 33,9  |
| Логинова Милана    | 2013 | 35,2  | Холова Ясмينا      | 2013 | 34,45 |
| Саввинова Клавдия  | 2013 | 34,95 | Филиппова Анна     | 2013 | 34,4  |
|                    |      |       | Степанова Полина   | 2012 | 35,5  |
| <b>2 юношеский</b> |      |       | Зарубина Дарья     | 2013 | 35,5  |
| Алексеева Айсена   | 2012 | 32,87 | Егорова Есения     | 2013 | 34,95 |
| Кузнецова Алена    | 2012 | 32,17 | Винокурова Агнесса | 2011 | 32,87 |

**Юшкова В.А.**

|                    |      |       |                    |      |       |
|--------------------|------|-------|--------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |       | Расулова Самира    | 2013 | 37,2  |
| Сухарева Ванесса   | 2012 | 35,9  | Крылова Снежана    | 2013 | 33,75 |
| <b>2 юношеский</b> |      |       | Жукова Олеся       | 2011 | 34,12 |
| Петря Марина       | 2010 | 35,49 | Каленых Александра | 2012 | 36,12 |
| <b>1 юношеский</b> |      |       | Федорова Алиса     | 2012 | 35,04 |
| <b>III разряд</b>  |      |       | Нехвидович Ариадна | 2008 | 32,04 |
|                    |      |       | Шайхет Дарья       | 2011 | 34,5  |

**Марютина В.А.**

|                    |      |       |                      |      |       |
|--------------------|------|-------|----------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |       | Андреева Анастасия   | 2013 | 36,5  |
| Сапаралева Аймира  | 2013 | 35,1  | Александрова Алексия | 2013 | 35,8  |
| Кучер Софья        | 2012 | 36,8  | Яковлева Елизавета   | 2013 | 34,65 |
| Нутчина Марианна   | 2012 | 33,3  | Захарова Наталья     | 2012 | 36,0  |
| Софиулина София    | 2012 | 35,45 | Петрова Софья        | 2012 | 35,45 |

**Данилова Л.Р.**

|                    |      |       |                      |      |       |
|--------------------|------|-------|----------------------|------|-------|
| <b>3 юношеский</b> |      |       | Ступницкая Валентина | 2014 | 34,2  |
| Ло София           | 2014 | 33,25 | Городилова София     | 2014 | 33,2  |
| Данилова Софья     | 2014 | 35,85 | Ащеулова Мирослава   | 2014 | 32,4  |
| Баркалова Кира     | 2014 | 35,25 | Иванова Владислава   | 2012 | 34,25 |
| Чебан Алина        | 2012 | 34,0  | Кукарисова Нюргуяна  | 2012 | 33,8  |



| <b>Винокуров В.П.</b>   |      |      |                   |      |      |
|-------------------------|------|------|-------------------|------|------|
| <b>3 юношеский</b>      |      |      | Пегов Артем       | 2013 | 53,6 |
| <b>III разряд</b>       |      |      | Кобяков Георгий   | 2009 | 53,9 |
| <b>Кривошапкин У.П.</b> |      |      |                   |      |      |
| <b>3 юношеский</b>      |      |      | Корнилов Данил    | 2007 | 54,6 |
| Захаров Арсен           | 2009 | 54,5 | Корнилов Никита   | 2012 | 52,9 |
| Матвеев Дмитрий         | 2011 | 52,9 | Варламов Айаал    | 2011 | 53,1 |
|                         |      |      | Степанов Евгений  | 2010 | 55,5 |
| <b>2 юношеский</b>      |      |      | Абрамов Эльдар    | 2008 | 52,6 |
| <b>1 юношеский</b>      |      |      | Романов Петр      | 2010 | 52,7 |
| Кузнецов Кирилл         | 2009 | 52,5 | Корнилов Тимофей  | 2009 | 51,6 |
| <b>Черкашин П.Н.</b>    |      |      |                   |      |      |
| <b>3 юношеский</b>      |      |      | Александров Алекс | 2013 | 49,6 |
| Захаров Айсен           | 2011 | 51,7 | Атласов Богдан    | 2013 | 48,7 |
| <b>2 юношеский</b>      |      |      | Гуляев Егор       | 2010 | 52,1 |
|                         |      |      | Гомзяков Роман    | 2010 | 48,6 |

Директор



В.Г.Черов

**VIII. Участие в научно-исследовательской,  
инновационной, проектной (в т.ч.  
реализации социокультурных проектов)**

23 апреля 2018 г. во 2 «а» классе Хатасской средней школы провел классный час «В здоровом теле – здоровый дух». Рассказал как со школьной скамьи нужно заниматься физкультурой и спортом, как сохранить здоровье смолоду, о необходимости соблюдения режима дня, как правильно питаться и т. д.

Ребята также соревновались по отжиманию, победителем были вручены памятные сувениры.

В конце занятия все сфотографировались на память с моими медалями и кубками.



ВЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО КАДРАМ  
РОМАНОВА Л. А.



ДЮСШ №1 г. Якутска

**ЛЕКЦИЯ**

**Тема: «Физическая подготовка спортсмена»**

Выполнил: Копырин И. И. – тренер-преподаватель по мас-рестлингу



г. Якутск-2018 г.

*Зверев. Методист Др. Романов А. М.*

Содержание:

Введение

1. Основы физической подготовки
2. Физическая подготовка спортсмена
3. Структура физической подготовки
4. Общая физическая подготовка
5. Специальная физическая подготовка

Список литературы



Заведуючий Методичної Служби (Пашинко Л.М.)

## Введение.

Современную физическую подготовку следует рассматривать как многоуровневую систему. Каждый уровень которой имеет свою структуру и свои специфические особенности.

Самый низкий уровень характеризуется оздоровительной направленностью и строится на основе общей (кондиционной) физической подготовки. По мере повышения уровня физической подготовки увеличивается ее сложность и спортивная направленность, а самый высокий уровень строится уже на основе принципов спортивной тренировки с целью увеличения функциональных резервов организма, необходимых для профессиональной деятельности. Одним из важнейших условий осуществления физической подготовки является ее рациональное построение на достаточно длительных отрезках времени. Потому что ни за день, ни за неделю, месяц, а иногда и год невозможно подготовиться к трудовой деятельности. Это длительный процесс формирования двигательных умений и навыков, систематического совершенствования физических (двигательных) качеств, психической подготовки, поддержания уровня работоспособности, сохранения и укрепления здоровья. Построение занятий по физической подготовке основывается на закономерностях физического воспитания и спортивной тренировки.

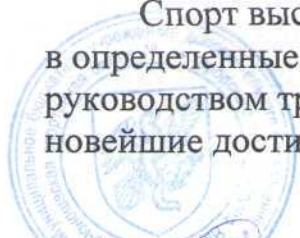
Общая физическая подготовка создает основу для овладения упражнениями, способствует развитию двигательных способностей, повышению общей работоспособности. Для представителей многих видов спорта она одинакова и содействует развитию качеств, необходимых спортсмену для успешного выступления на соревнованиях.

### 1. Основы физической подготовки.

Базовый спорт характеризуется относительно невысокими спортивными результатами и значительной массовостью. На этом уровне достижений подготовка спортсменов осуществляется в свободное от основной деятельности время. Проходит под руководством тренеров различной квалификации, в том числе тренеров-инструкторов, работающих на общественных началах. Нагрузки невелики.

Спорт высших достижений связан со стремлением к достижению наиболее высоких результатов (мировые рекорды, победы на Олимпийских играх, Чемпионатах мира, Европы, России и т.д.). Однако чем выше достижение, тем меньше количество спортсменов способных выйти на этот уровень (3% от населения страны в возрасте 16-25 лет).

Спорт высших достижений может занимать доминирующее положение в определенные периоды жизни спортсмена. Подготовка проводится под руководством тренеров высшей квалификации, в ней используются новейшие достижения науки и техники, применяются большие величины



Заведующий *С. С. Савинов* Л.А.

тренировочных и соревновательных нагрузок, а спортсмены проходят тщательный многоэтапный отбор. Экспертная оценка показывает, что только 1 из 65 человек начавших заниматься продолжает занятия в детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ), норматив мастера спорта по плаванию способен выполнить один человек из 34 000 обученных.

Анализируя специфику направлений спортивного движения, ученые говорят о следующем основном механизме взаимообусловленности массовости спорта и уровня достижений спортсменов высшей квалификации. Спортивные результаты, которые демонстрируют спортсмены высокого класса, особенно в популярных видах спорта, служат эффективным средством пропаганды активных занятий физкультурой и спортом.

Благодаря этому в практику спортивной деятельности вовлекается все больше участников и, следовательно, возрастают шансы на выявление среди них новых талантливых спортсменов, которые в перспективе смогут поднять высшие спортивные достижения на новый уровень. Поэтому, делают они вывод, - прогресс каждого вида спорта базируется наряду с другими аспектами и на неразрывной связи всех сторон спортивного движения.

В определении понятия спорт мы использовали термин «соревновательная деятельность». Для его объяснения нам придется оговорить еще несколько понятий.

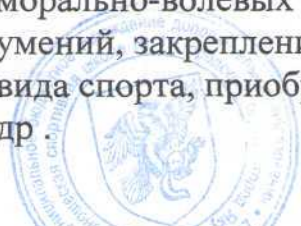
Все спортивные соревнования проходят по определенным правилам, которые и регламентируют деятельность участников. Кроме этого, каждый участник спортивных соревнований старается достигнуть определенного спортивного результата (успеха). Для достижения успеха участники соревнований должны реализовать свои возможности или соревновательный потенциал. Поэтому соревновательная деятельность в спорте представляет собой регламентированный правилами процесс реализации соревновательных потенциалов участников, каждый из которых стремится к достижению запланированного результата.

Общая цель спортивной тренировки - развитие духовных и физических способностей спортсменов.

Специфическая цель - достижение высоких спортивных результатов.

Под спортивной тренировкой понимают специализированный педагогический процесс физического воспитания, направленный на достижение спортсменом высоких спортивных результатов.

Частными задачами спортивной тренировки являются: укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие спортсмена, воспитание его морально-волевых и физических качеств, формирование необходимых умений, закрепление и совершенствование необходимых навыков избранного вида спорта, приобретение специальных знаний по гигиене, самоконтролю и др.



*Заведующий Д. Романов*

В настоящий момент существует несколько наиболее распространенных классификаций видов спорта: Матвеев Л.П., 1977; Келлер В.С., 1986; и др. Наиболее широкое распространение получила классификация видов спорта входящих в программу летних и зимних олимпийских игр:

- 1 - циклические (гребля, плавание, лыжи, велосипедный, конькобежный, беговые виды легкой атлетики);
- 2 - скоростно-силовые ( прыжки, метания, тяжелая атлетика);
- 3 - координационно-сложные виды спорта ( гимнастика спортивная и художественная, фигурное катание на коньках, прыжки в воду и т.д.);
- 4 - единоборства ( борьба, бокс и т.д.)
- 5 - спортивные игры ( футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, водное поло и т.д.);
- 6 - многоборья ( легкоатлетическое десятиборье, современное пятиборье, лыжное двоеборье и т.д.).

## **2. Физическая подготовка спортсмена.**

Она направлена на развитие физических качеств и является базой для совершенствования техники, подразделяется на общую и специальную.

ОФП - создает основу для овладения упражнениями, способствует развитию двигательных способностей, повышению общей работоспособности. Для представителей многих видов спорта она одинакова и содействует развитию качеств, необходимых спортсмену для успешного выступления на соревнованиях и хорошей физической подготовленности.

СФП - основа поддержания спортивной формы, быстрого овладения техникой упражнений вида спорта, достижения высокого уровня функциональных возможностей спортсмена и способности переносить большие тренировочные, а также соревновательные нагрузки. Средствами специальной физической подготовки являются упражнения «своего» вида спорта, сходные по структуре с соревновательными действиями.

Современную физическую подготовку следует рассматривать как многоуровневую систему. Каждый уровень, которой имеет свою структуру и свои специфические особенности.

Самый низкий уровень характеризуется оздоровительной направленностью и строится на основе общей (кондиционной) физической подготовки. По мере повышения уровня физической подготовки увеличивается ее сложность и спортивная направленность, а самый высокий уровень строится уже на основе принципов спортивной тренировки с целью увеличения функциональных резервов организма, необходимых для профессиональной деятельности. Одним из важнейших условий осуществления физической подготовки является ее рациональное построение



*Заведующий* *С.В. Ковалев* 1/11



на достаточно длительных отрезках времени. Потому что ни за день, ни за неделю, месяц, а иногда и год невозможно подготовиться к трудовой деятельности. Это длительный процесс формирования двигательных умений и навыков, систематического совершенствования физических (двигательных) качеств, психической подготовки, поддержания уровня работоспособности, сохранения и укрепления здоровья. Построение занятий по физической подготовке основывается на закономерностях физического воспитания и спортивной тренировки.

### **3. Структура физической подготовки.**

Один из ведущих специалистов в теории спортивной подготовки В.Н. Платонов (1986) отмечает, что современная система подготовки спортсмена является сложным, многофакторным явлением, включающим цели, задачи, средства, методы, организационные формы, материально-технические условия и т.п., обеспечивающие достижение спортсменом наивысших спортивных показателей, а также организационно-педагогический процесс подготовки спортсмена к соревнованиям.

В системе подготовки спортсмена выделяют: спортивную тренировку, соревнования, вне тренировочные и вне соревновательные факторы, повышающие результативность тренировки и соревнований.

Основными сторонами подготовки спортсмена являются физическая, техническая, тактическая, психическая и интегративная подготовки.

Физическая подготовка направлена на укрепление здоровья, достижения высокого уровня физического развития, воспитанию необходимых спортсмену физических качеств. Ее принято подразделять на общую физическую подготовку (ОФП) и специальную физическую подготовку (СФП).

Цель ОФП - достижение высокой работоспособности. Ее средствами являются разнообразные физические упражнения (ходьба, бег, передвижение на лыжах, плавание, гребля, подвижные и спортивные игры, гимнастика, упражнения с отягощениями и др.).

СФП направлена на воспитание отдельных физических качеств, навыков и умений, необходимых в избранном виде спорта. Она проводится систематически и помогает спортсмену подготовиться к соревнованиям.

Средствами ее являются специальные упражнения и элементы избранного вида спорта. Соотношение ОФП и СФП в процессе спортивной тренировки меняется по мере роста спортивного мастерства постепенно возрастает удельный вес СФП. В зависимости от квалификации спортсменов на ОФП отводится от 70% (в начальный период подготовки) до 30% (для спортсменов высших разрядов) тренировочного времени.

Техническая подготовка направлена на обучение спортсмена системе движений соответствующей особенностям данного вида спорта.



Заведующий: *С.А. Романов*

Техническая подготовленность ( или другими словами техническое мастерство) спортсменов характеризуется тем, что умеет делать спортсмен и как умеет он владеет освоенными действиями. В первую группу показателей входят: объем, разносторонность, рациональность технических действий, которые умеет выполнять спортсмен. Во вторую- эффективность, освоенность выполнения (Д.Д. Донской, В.М. Зацюрский 1979г.).

В структуре технической подготовленности спортсмена очень важно выделять базовые и дополнительные движения. К базовым относятся движения и действия, составляющие основу технической оснащенности данного вида спорта, без которых невозможно эффективное ведение соревновательной борьбы с соблюдением существующих правил. Освоение базовых движений является обязательным для спортсмена. Дополнительные движения и действия- это второстепенные движения и действия, которые характерны для отдельных спортсменов и связаны с их индивидуальными особенностями. (Платонов В.Н.,1986).

Тактическая подготовка. Тактическая подготовленность в теории и практике спортивной тренировки, -пишет Платонов В.Н., - понимается как умение спортсмена грамотно построить ход борьбы с учетом особенностей вида спорта, своих индивидуальных особенностей, возможностей соперников и создавшихся внешних условий.

Уровень тактической подготовленности спортсмена зависит от овладения им средствами, формами и видами тактики данного вида спорта. Средствами спортивной тактики являются все технические приемы и способы их выполнения, формами - индивидуальные, групповые и командные действия, видами - наступательная, оборонительная и контрактующая тактика.

Тактика опирается на стратегию, так А.Я. Гомельский в книге «Библия баскетбола» пишет, что стратегия - основная теоретическая направленность всей работы команды, определяющая средства и методы подготовки к главным соревнованиям. Четырехлетний план подготовки сборной СССР к Олимпиаде в Сеуле - стратегия команды в 1985-1988 годах. Стратегия предусматривает управление командой в соревнованиях.

Тактика - это часть стратегии, которая решает главные задачи подготовки с учетом конкретных возможностей - ресурсов команды, особенностей соперников, условий соревнований. Все это определяет тактический и комбинационный багаж команды.

Психическая подготовка - связана с воспитанием у спортсменов в процессе занятий моральных, волевых и специальных психических качеств.

Занятия различными видами спорта способствуют формированию специфической структуры психических качеств, так А.Ц. Пуни (1984) установил, что у представителей каждого вида спорта имеются свои ведущие волевые качества.



20.10.1999

И. В. Родина И.А.

#### 4. Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка (ОФП) — это процесс совершенствования двигательных физических качеств, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека.

ОФП способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности или виде спорта. Перед ОФП могут быть поставлены следующие задачи:

1. достичь гармоничного развития мускулатуры тела и соответствующей силы мышц;
2. приобрести общую, выносливость;
3. повысить быстроту выполнения разнообразных движений, общие скоростные способности;
4. увеличить подвижность основных суставов, эластичность мышц; улучшить ловкость в самых разнообразных (бытовых, трудовых, спортивных) действиях, умение координировать простые и сложные движения;
5. научиться выполнять движения без излишних напряжений, овладеть умением расслабляться.

С общей физической подготовкой связано достижение физического совершенства — уровня здоровья и всестороннего развития физических способностей, соответствующих требованиям человеческой деятельности в определенных исторически сложившихся условиях производства, военного дела и других сферах общественной жизни. Конкретные принципы и показатели физического совершенства всегда определяются реальными запросами и условиями жизни общества на каждом историческом этапе. Но в них также всегда присутствует требование к высокому уровню здоровья и общей работоспособности. При этом следует помнить, что даже достаточно высокая общая физическая подготовленность зачастую не может обеспечить успеха в конкретной спортивной дисциплине или в различных видах профессионального труда. А это значит, что в одних случаях требуется повышенное развитие выносливости, в других — силы и т.д., т.е. необходима специальная подготовка.

Современную физическую подготовку следует рассматривать как многоуровневую систему. Каждый уровень которой имеет свою структуру и свои специфические особенности.

Самый низкий уровень характеризуется оздоровительной направленностью и строится на основе общей (кондиционной) физической подготовки. По мере повышения уровня физической подготовки увеличивается ее сложность и спортивная направленность, а самый высокий уровень строится уже на основе принципов спортивной тренировки с целью увеличения функциональных резервов организма, необходимых для профессиональной деятельности. Одним из важнейших условий

Заведующий: *С. Ю. Романов*

осуществления физической подготовки является ее рациональное построение на достаточно длительных отрезках времени. Потому что ни за день, ни за неделю, месяц, а Иногда и год невозможно подготовиться к трудовой деятельности. Это длительный процесс формирования двигательных умений и навыков, систематического совершенствования физических (двигательных) качеств, психической подготовки, поддержания уровня работоспособности, сохранения и укрепления здоровья. Построение занятий по физической подготовке основывается на закономерностях физического воспитания и спортивной тренировки.

### **5. Специальная физическая подготовка.**

(СФП) — это процесс, который обеспечивает развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков, специфичных лишь для конкретных видов спорта или конкретных профессий, обеспечивает избирательное развитие отдельных групп мышц, несущих основную нагрузку при выполнении специализированных упражнений. Основными средствами специальной физической подготовки являются соревновательные упражнения в "своем" виде спорта. Соотношение средств и методов ОФП и СФП зависит от индивидуальных особенностей спортсмена, его спортивного стажа, периода тренировок и решаемых задач. Принцип единства основывается на том, что приспособительные реакции организма на нагрузки носят избирательный характер и не могут обеспечить развитие всех необходимых для показа высокого спортивного результата качеств. Каждое качество в зависимости от биологической структуры используемых движений, от интенсивности нагрузки развивается специфически. Отклонение в ту или иную сторону при использовании либо специфических средств, либо общеразвивающих физических упражнений, не дает необходимого эффекта. Уровень развития физических качеств неодинаков у представителей различных видов спорта.

Единственно правильное решение вопроса об использовании общей и специальной физической подготовки состоит в их разумном сочетании на разных этапах учебно-тренировочного процесса.

На начальном этапе подготовки должна преобладать базовая ОФП независимо от вида спорта. Использование средств ОФП для разносторонней подготовки необходима и спортсменам высокого класса. В разных видах спорта для ОФП используются различные средства, специфические для данного вида спорта. Но при этом нельзя впадать в другую крайность — использовать преимущественно специализированные упражнения, тем более одни и те же. Это эмоционально обедняет процесс подготовки и, во-вторых, организм адаптируется к ним — результат — неэффективность тренировочного процесса.

Специальная физическая подготовка весьма разнообразна по своей направленности, однако все ее виды можно свести к двум основным группам:

1. спортивная подготовка;

Заведующий: *И. П. Романов*

## 2. профессионально-прикладная физическая подготовка.

Спортивная подготовка (тренировка) — это целесообразное использование знаний, средств, методов и условий, позволяющее направленно воздействовать на развитие спортсмена и обеспечивать необходимую степень его готовности к спортивным достижениям.

В настоящее время спорт развивается по двум направлениям, имеющим различную целевую направленность, — массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели и задачи отличаются друг от друга, однако четкой границы между ними не существует из-за естественного перехода части тренирующихся из массового спорта в «большой» и обратно.

Цель спортивной подготовки в сфере массового спорта — укрепить здоровье, улучшить физическое состояние и активный отдых.

Цель подготовки в сфере спорта высших достижений — добиться максимально высоких результатов в соревновательной деятельности.

Однако, что касается средств, методов, принципов спортивной подготовки (тренировки), то они аналогичны как в массовом спорте, так и в спорте высших достижений. Принципиально общей является и структура подготовки спортсменов, тренирующихся и функционирующих в сфере массового спорта и спорта высших достижений.

Структура подготовленности спортсмена включает технический, физический, тактический и психический элементы.

Под технической подготовленностью следует понимать степень освоения спортсменом техники системы движений конкретного вида спорта. Она тесно связана с физическими, психическими и тактическими возможностями спортсмена, а также с условиями внешней среды. Изменения правил соревнований, использование иного спортивного инвентаря заметно влияет на содержание технической подготовленности спортсменов.

В структуре технической подготовленности всегда присутствуют так называемые базовые и дополнительные движения.

К базовым относятся движения и действия, составляющие основу технической оснащённости данного вида спорта. Освоение базовых движений является обязательным для спортсмена, специализирующегося в данном виде спорта.

К дополнительным относятся второстепенные движения и действия, элементы отдельных движений, которые не нарушают его рациональность и в то же время характерны для индивидуальных особенностей данного спортсмена.

Физическая подготовленность это возможности функциональных систем организма. Она отражает необходимый уровень развития тех физических качеств, от которых зависит соревновательный успех в определенном виде спорта.

Заведующий / Журавлев А.М.

Тактическая подготовленность спортсмена зависит от того, насколько он овладеет средствами спортивной тактики (например, техническими приемами, необходимыми для реализации выбранной тактики), ее видами (наступательной, оборонительной, контратакующей) и формами (индивидуальной, групповой, командной).

Психическая подготовленность по своей структуре неоднородна. В ней можно выделить две относительно самостоятельные и одновременно взаимосвязанные стороны: волевую и специальную психическую подготовленность.

Волевая подготовленность связана с такими качествами, как целеустремленность (ясное видение перспективной цели), решительность и смелость (склонность к разумному риску в сочетании с обдуманностью решений), настойчивость и упорство (способность мобилизовать функциональные резервы, активность в достижении цели), выдержку и самообладание (способность управлять своими мыслями и действиями в условиях эмоционального возбуждения), самостоятельность и инициативность. Некоторые из этих качеств могут быть изначально присущи тому или другому спортсмену, но большая их часть воспитывается и совершенствуется в процессе регулярной учебно-тренировочной работы и спортивных соревнований.

В структуре специальной психической подготовленности спортсмена следует выделить те стороны, которые можно совершенствовать в ходе спортивной подготовки:

1. устойчивость к стрессовым ситуациям тренировочной и соревновательной деятельности;
2. кинестетические и визуальные восприятия двигательных действий и окружающей среды;
3. способность к психической регуляции движений, обеспечение эффективной мышечной координации;
4. способность воспринимать, организовывать и перерабатывать информацию в условиях дефицита времени;
5. способность к формированию в структурах головного мозга опережающих реакций, программ, предшествующих реальному действию.



*Зверев С. В. Рашаев А. В.*

### Список литературы:

1. Белов В.И. Молодость до ста лет. / Энциклопедия здоровья. 1993.
2. Биологические и педагогические аспекты выносливости //Матер, всесоюзн. симп. //Теория и практика физической культуры, 1972, №8, с. 29-33.
3. Желязков Ц.О. сущности спортивной формы. //Теория и практика физической культуры, 1997, № 7.
4. Зациорский В.М. Воспитание физических качеств: Учебн. ТиМФВ для ИФК. - М.: Физическая культура и спорт, 1967.
5. Коваленко В. А. 2000, Физическая культура: Учебное пособие.
6. Коробков А.В., Головин В.А., Масляков В.А. Физическое воспитание. -М.: Высш. школа, 1983.
7. Коц Я.М., Спортивная физиология. - М.: Физкультура и спорт, 1986.
8. Малиновский С.В. Тактическая подготовка в спортивных играх.- М.: Физкультура и спорт, 1986, 167 с.
9. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. — М.: ФиС, 1977.
10. Найгоф Р. Некоторые принципы и критерии увеличения нагрузок при воспитании общей и специальной выносливости. Опыт наших друзей. - М.: Спорткомитет СССР, 1982, 31 с.
11. Озолин Н.Г. Развитие выносливости спортсмена. - М.: ФиС, 1959, 128 с
12. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. -М.: ФиС, 1969.
13. Родионов А.В. Психологические основы тактической деятельности в спорте // Теория и практика физической культуры.- 1993.- N 2.- с. 7-9.
14. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Физиология активности Н.А.Бернштейна как основа теории технической подготовки в спорте // ТиПФК. № 11,1996, с. 58-62.



*Заведующий И.А. Романов*



Государственное бюджетное учреждение Республики Саха (Якутия)  
Республиканский центр национальных видов спорта имени Василия Манчаары



# СЕРТИФИКАТ

выдан

**Копырину Ивану Ивановичу**

**МБУ ДО ДЮСШ №1**

**г.Якутск**

участнику республиканского учебно-методического  
онлайн-семинара по мас-рестлингу  
на тему: «Становая тяга и присед. Техника мас-рестлинга»

Директор ГБУ РС(Я)  
«РЦНВС им.В.Манчаары»



Г.М.Мохначевский

8 декабря 2020 г.  
г.Якутск

*Копия серия, Ссылка: РИМОНОВ М*

Лицензия Министерства образования РС(Я)  
на осуществление образовательной деятельности  
Серия 14Л10 №0002133







ГБУ РС(Я) «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР  
НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА  
ИМЕНИ В.МАНЧААРЫ»



# СЕРТИФИКАТ

подтверждает участие

*Копорин Ивеш Иванович*

на учебно-практическом семинаре  
«Методика тренировки юношей и девушек по мас-  
рестлингу»  
в рамках республиканского турнира

Директор



И.Ю.Григорьев

1 декабря 2017 с. Кэптэни, Усть-Алданский улус.



ГБУ РС(Я) «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР  
НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА  
ИМЕНИ В.МАНЧААРЫ»



# СЕРТИФИКАТ

подтверждает участие

*Копорин Ивеш*

*Иванович*

на учебно-практическом семинаре  
«Методика тренировки юношей и девушек по  
мас-рестлингу» в рамках Республиканского турнира  
«Лөгөй мадьынылара» (7 часов)

И.о. директора



И.И. Борисов

1 декабря 2018 г. с. Кэптэни, Усть-Алданский улус.

Окружная администрация  
города Якутска



Дьокуускай куорат  
уокуругун дьаһалтата

Управление физической  
культуры и спорта

Физкультура ба уонна спортка  
Управлениыта

677000 г. Якутск  
пр. Ленина, 15, каб. 105  
телефоны 34-10-05

677000 Дьокуускай куорат  
Ленин пр. 15, 105 кэб.  
телефоннара 34-10-05

### ПРИКАЗ

№ 02-01/22-1

от «22» 02 2021г.

### Об организации подготовки сборной команды города Якутска в XXI Спартакиаде по национальным видам спорта «Игры Манчаары» 2021 года

В связи с подготовкой и участием сборной команды города Якутска в XXI Спартакиаде по национальным видам спорта «Игры Манчаары» с 6 по 11 июля 2021 года в Горном улусе, приказываю:

1. Назначить ответственных тренеров по видам спорта:
  - 1.1. по гиревому спорту:  
Кузьмина Захара Егоровича, инструктора МЦ ВФСК «Готов к труду и обороне»
  - 1.2. по борьбе «хапсагай»:  
- Афанасьева Станислава Егоровича, тренера-преподавателя МБУ ДО СДЮСШ №3 им. В.П. Керемясова;
  - 1.3. по мас-рестлингу:  
- Копырина Ивана Ивановича, тренера-преподавателя МБУ ДО ДЮСШ №1;
  - 1.4. по настольным играм:  
- Иванову Марию Иннокентьевну, специалиста отдела массовой физической культуры и детского спорта МКУ АФКиС»;
  - 1.5. по северному многоборью:  
- Макарова Иннокентия Петровича, главного специалиста отдела массовой физической культуры и детского спорта МКУ АФКиС»;
  - 1.6. по пулевой стрельбе:  
- Васильева Михаила Михайловича, тренера-преподавателя МБУ ДО ДЮСШ №4;
  - 1.7. по якутскому многоборью:  
- Белолюбского Ивана Прокопьевича, руководителя Спортивного клуба «Боотур» (по согласованию);

ВЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО  
РОМАНОВА Л. А.



1.8. по национальным прыжкам:

- Нечаева Петра Александровича, тренера-преподавателя МБУ ДО ДЮСШ№1;

1.9. по легкой атлетике:

- Нечаева Петра Александровича, тренера-преподавателя МБУ ДО ДЮСШ№1;

- Гуляева Сергея Васильевича, тренера-преподавателя МБУ ДО ДЮСШ№1;

1.10. по стрельбе из лука :

- Олесова Бориса Борисовича, тренера-преподавателя МБУ ДО ДЮСШ№4;

2. Ответственным тренерам подготовить команды городского округа «город Якутск» по видам спорта для успешного выступления XXI Спартакиаде по национальным видам спорта «Игры Манчаары» 2021 года.

3. Директорам Детско-юношеских спортивных школ города Якутска создать условия для подготовки команды города Якутска по заявкам ответственных тренеров.

4. Отделу массовой физической культуры и детского спорта (Макаров И.П.), организационному отделу (Игнатьева С.Н.) МКУ «Агентство по физической культуре и спорту» организовать совместно с ответственными тренерами учебно-тренировочные сборы по видам спорта согласно графику, прохождения вакцинации и сдачи нормативов ВФСК ГТО.

5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Начальник

К.С. Бурцев

СЕРНА

Специалист по катанию

Иванова И.А.



Окружная администрация  
города Якутска



«Дьокуускай куорат»  
уокуругун дьаһалтата

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

677000, г. Якутск  
Пр. Ленина, 15, каб. 105  
тел: 34-10-05

ФИЗКУЛЬТУРАҤА УОННА  
СПОРТКА УПРАВЛЕНИЯТА

677000, Дьокуускай к.  
Ленин пр., 15, 105 кэб.  
34-10-05 тел.

№ 87 от 24.09.2021  
на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

### СПРАВКА

Выдана Копырину Ивану Ивановичу, старшему тренеру отделения национальных видов спорта МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа №1» городского округа «город Якутск о том, что в период с 01 июня по 30 июня провел учебно-тренировочные сборы по мас-рестлингу членам сборной команды города Якутска.

С 06 по 11 июля 2021 года был назначен старшим тренером по мас-рестлингу сборной команды города Якутска в XXI Спартакиаде по национальным видам спорта «Игры Манчаары» в с. Бердигестях Горного улуса.

Справка выдана по месту требования.

Начальник



К.С. Бурцев

Исп. Орг. Отдел  
Тел. 34-10-05

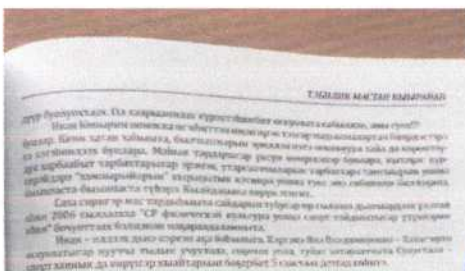
**Х. Наличие публикаций, включая  
интернет-публикации**

Публикации

Начиная с 2016 года периодически размещаю свои отчеты и анализы соревнований на школьном сайте <http://sport1.yal4.ru/>. Кроме школьного сайта имеются ещё несколько личных аккаунтов в контакте, инстаграмм, фейсбук, где я публикую свои материалы.

В 2017 году в типографии ООО «Компания Дани Алмас» была издана книга «Тэбилик мастан кыырайан» тиражом 500 экз. Автор книги Харитонов А.Е.

В этой книге использованы мои материалы из собственной библиотеки – статьи из газет, которые были собраны с 90-х годов и личные фотографии. Являюсь консультантом автора. В книгу вошли мои воспоминания, размышления о развитии мас-рестлинга в Республике Саха (Якутия).



Заверен. *М. Е. Харитонов* (Подпись) *Волонова Л. А.* (Подпись)

**ХП. Выступления на научно-практических конференциях, почтениях, семинарах, секциях, проведение открытых непосредственно образовательной деятельности, совместной игровой деятельности, совместные тренировки и др.**

## Самоотчет о совместных тренировках по мас-рестлингу

Копырина И.И.

В период с 2016 по 2019 учебные годы я, старший тренер-преподаватель отделения национальных видов спорта Копырин Иван Иванович проводил совместные тренировки и спарринги соревновательного типа с воспитанниками ДЮСШ с. Хатассы в целях совершенствования практики соревновательной деятельности.

Необходимость в работе с соперниками у юных спортсменов возникает для закрепления, изученного материала во время тренировок.

Существует работа в парах на тренировках в своём спортзале, с кем ребята тренируются. Но одни и те же соперники, если с ними работать постоянно, вызывают "привыкание": к их технике, манере схватки. В мас-рестлинге важно уметь работать с любым соперником, независимо, где он занимался, как занимался, сколько занимался. Для этого мы проводим матчевые встречи и совместные спарринг тренировки.

Мы также придерживаемся этого направления, так как это позволяет юным спортсменам расти, выявлять ошибки в работе и вовремя их исправлять. Поэтому очень важно организовывать тренировки и соревнования с такими же группами мас-рестлеров.

Такой подход позволяет найти смысл в занятиях у юных спортсменов, в работе над собой, в улучшении своих навыков. При нехватке соревновательного опыта у любого спортсмена - появляется ступор, как в работе спортсмена, так и в работе тренера-преподавателя. Мас-рестлинг такой вид спорта, в котором важно постоянное развитие, оттачивание техники, умение контролировать каждое своё действие.

Старший тренер-преподаватель

*Копырин*

Копырин И.И.

*Заверено*

*Методист Г. (Ромашова)*



*Л.А.*





## ПРИКАЗ

23 марта 2017 г.

№03-02/39

### О возложении ответственности

В связи с участием команды ДЮСШ №1 в товарищеской встрече по мас-рестлингу между ДЮСШ №1 и ДЮСШ №7 среди юношей 2004- г.р., и молоде в с. Хатассы,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Возложить ответственность во время соревнований 24 марта 2017 года на тренера-преподавателя мас-рестлингу Копырина Ивана Ивановича за сохранность жизни и здоровья следующих воспитанников:

- |                                  |                                     |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| 1.1 Федоров Максим, 2007 г.р.    | 1.13 Буслаев Руслан, 2005 г.р.      |
| 1.2 Горохов Герман, 2006 г.р.    | 1.14 Винокуров Артем, 2005 г.р.     |
| 1.3 Иванов Петя, 2006 г.р.       | 1.15 Бурнашев Ваня, 2005 г.р.       |
| 1.4 Усов Янис, 2006 г.р.         | 1.16 Уаров артем, 2005 г.р.         |
| 1.5 Григорьев Гриша, 2005 г.р.   | 1.17 Яковлев Игорь, 2005 г.р.       |
| 1.6 Ефимов Никита, 2005 г.р.     | 1.18 Афанасьев Вася, 2004 г.р.      |
| 1.7 Иванов Эдгар, 2005 г.р.      | 1.19 Иннокентьев Сайдами, 2004 г.р. |
| 1.8 Ноговиын сеня, 2005 г.р.     | 1.20 Попов Айаан, 2004 г.р.         |
| 1.9 Попов Сережа, 2005 г.р.      | 1.21 Шадрин Вадим, 2004 г.р.        |
| 1.10 Сивцев Арсен, 2005 г.р.     | 1.22 Куприянов Кеша, 2005 г.р.      |
| 1.11 Черкашин Арылхан, 2005 г.р. | 1.23 Васильев Коля, 2004 г.р.       |
| 1.12 Слепцов Аркадий. 2005 г.р.  |                                     |

2. Специалисту по охране труда Сыромятникову Д.Д. произвести инструктаж по технике безопасности.

Основание: Положение о соревнованиях.

Директор



В.Г. Черов

С приказом ознакомлены Копы И.И. Копырин

Сыромятников Д.Д. Сыромятников



## ПРИКАЗ

«13» апреля 2018 г.

№03-02/ 04

### О возложении ответственности

В связи с проведением товарищеского матча по мас-рестлингу между ДЮСШ №1 г. Якутск и ДЮСШ №7 с. Хатассы среди юношей 2004-2006 г.р., 13 апреля 2018 г., в здании ДЮСШ №1,

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Возложить ответственность тренеру-преподавателю отделения национальных видов спорта Копырину Ивану Ивановичу за сохранность жизни и здоровья во время участия в данных соревнованиях следующих воспитанников:

- |                                    |                                  |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 1.1 Иванов Петя, 2006 г.р.,        | 1.9 Попов Сережа, 2005 г.р.,     |
| 1.2 Спиридонов Айсен, 2005 г.р.,   | 1.10 Сивцев Арсен, 2005 г.р.,    |
| 1.3 Буслаев Руслан, 2005 г.р.,     | 1.11 Слепцов Аркадий, 2005 г.р., |
| 1.4 Бурнашев Ваня, 2005 г.р.,      | 1.12 Шадрин Вадим, 2004 г.р.,    |
| 1.5 Винокуров Артем, 2005 г.р.,    | 1.13 Яковлев Игорь, 2005 г.р.,   |
| 1.6 Готовцев Саша, 2005 г.р.,      | 1.14 Афанасьев Вася, 2004 г.р.,  |
| 1.7 Иннокентьев Сайдам, 2004 г.р., | 1.15 Васильев Коля, 2004 г.р.,   |
| 1.8 Куприянов Кеша, 2005 г.р.,     |                                  |

2. Специалисту по охране труда Сыромятникову Д.Д. произвести инструктаж по технике безопасности.

Основание: Положение о соревнованиях.

Директор

В.Г. Черов

С приказом ознакомлены Копырин И.И.

Сыромятников Д.Д.



ул. Дзержинского 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

## ПРИКАЗ

«19» сентября 2018 г.

№03-02/ 187

### О возложении ответственности

В связи с участием на товарищеском встрече по масреслингу между командами ДЮСШ-7 и ДЮСШ-1 среди учащимися 2004 г.р., 2005 г.р., 2006 г.р., 2007 г.р., 2008 г.р., с. Хатассы.

### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Возложить ответственность за жизнь и здоровье воспитанников отделения масреслинга на тренера-преподавателя Копырина И.И., во время участия в соревнованиях и в пути следования по маршруту: Якутск-Хатассы-Якутск, следующих воспитанников:

- |                                  |                                |
|----------------------------------|--------------------------------|
| 1. Дорофеев Алгыс, 2008 г.р      | 13. Шадрин Вадим, 2004 г.р     |
| 2. Данилов Ньургустан, 2006 г.р  | 14. Буслаев Руслан, 2005 г.р.  |
| 3. Толстоухов Владик, 2007 г.р   | 15. Афанасьев Вася, 2004 г.р.  |
| 4. Спиридонов Айтал, 2008 г.р    | 16. Васильев Коля, 2004 г.р.   |
| 5. Иванов Петя, 2006 г.р         | 17. Спиридонов Айсен, 2005г.р. |
| 6. Иванов Сережа, 2008 г.р       |                                |
| 7. Винокуров Максим, 2008 г.р    |                                |
| 8. Сигов Андрей, 2006 г.р        |                                |
| 9. Винокуров Артем, 2005 г.р     |                                |
| 10. Яковлев Игорь, 2005 г.р      |                                |
| 11. Бурнашев Ваня, 2005 г.р      |                                |
| 12. Иннокентьев Сайдам, 2004 г.р |                                |

2. Специалисту по охране труда Сыромятникову Д.Д. произвести инструктаж по технике безопасности.

Основание: Положение о соревнованиях.

И.о. директора

П.П. Николаев



С приказом ознакомлены

Сыромятников Д.Д.  
Копырин И.И.

### **XIII. Участие в профессиональных конкурсах**



## ПРИКАЗ

от «20» декабря 2017 г.

№01-08/20

### О предоставлении спортивного зала

В связи с проведением открытого республиканского турнира «Ар5аа Энэр» по мас-рестлингу (мас-рестлинг), посвященном 50-летию Копырина И.И. среди юношей 2003-2004, 2005-2006 г.р.,

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Предоставить спортивный (игровой) зал 22 декабря 2017 г., для проведения открытого турнира по мас-рестлингу;
2. Ответственным за пожарную безопасность, сохранность и чистоту служебного помещения назначить Копырина И.И., тренера-преподавателя отделения национальных видов спорта (мас-рестлинг);
3. Контроль над исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Основание: Положение о соревнованиях

И.о. директора



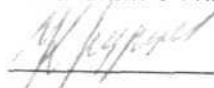
Л.А. Романова

С приказом ознакомлен:

Копырин И.И.

«СОГЛАСОВАНО»


Начальник УФКиС г. Якутска

 Бурцев К. С.

«\_\_» ноября 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО ДЮСШ-1 г. Якутска

 Черов В. Г.

«\_\_» ноября 2017 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении открытого турнира «АР5АА ЭНЭР» по мас тардыһыы (мас-рестлинг), посвященный 50-летию И.И. Копырина среди юношей 2003-2004, 2005-2006 г. р.

### 1. Цели и задачи:

- популяризация и развитие мас тардыһыы среди младших юношей;
- выявление сильнейших спортсменов.

### 2. Сроки и место проведения.

ДЮСШ-1 г. Якутска, «22» декабря 2017 г., 10-12 ч. взвешивание, 14 ч. открытие турнира, 14.30 ч. соревнование.

### 3. В соревнованиях участвуют:

2003-2004 г. р. – 40, 45, 50, 55, 60, 65, св. 65 кг.

2005-2006 г. р. – 35, 40, 45, 50, св. 50 кг.

Каждый участник должен иметь при себе паспорт или свидетельство о рождении. Нужна именная заявка на участников с визой врача и страховой полис.

### 4. Награждение.

Чемпионы и призеры по весовым категориям награждаются медалями, грамотами и призами.

Конт. тел. 89142453100

ВЕРНА  
СПЕЦИАЛИСТ ПО КАДРАМ  
РОМАНОВА Л.А.





677000, г. Якутск, ул. Дзержинского 5, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: dushlykt@mail.ru

Исх. №01-23/ *Э/И*

от « *25 декабря* » 2017 г.

Начальнику  
Управления физической культуры и спорта  
К.С. Бурцеву

### Отчет на планерку

| № | Виды работ   | Срок выполнения | Исполнитель         | Примечание |
|---|--|-----------------|---------------------|------------|
| 1 | <p>Открытый республиканский турнир «Ар5аа Энэр» по мас тардыһыы (мас-рестлинг), посвященном 50-летию Копырина И.И. среди юношей 2003-2004, 2005-2006 г.р.</p> <p>Приняло участие 102 юных спортсмена из Горного, Кобяйского, Хангаласского, Намского, улусов и 3 команды из г. Якутска. Соревнования прошли на высоком уровне.</p> <p><b>Результаты:</b></p> <p><b>2005-2006 г.р. (одно 2 м., четыре -3-х)</b></p> <p>Иванов Петя – 3 место – в весе 35 кг.<br/>Ефимов Никита – 3 место – в весе 40 кг.<br/>Яковлев Игорь – 3 место – в весе 45 кг.<br/>Буслаев Руслан – 2 место – в весе 50 кг.<br/>Готовцев Саша – 3 место в весе свыше 50 кг.</p> <p><b>2003-2004г.р. (одно 1 м., одно 2 м., четыре 3-х )</b></p> <p>Иннокентьев Сайдам – 3 место в весе 40 кг.<br/>Соловьев Максим – 1 место в весе 50 кг.<br/>Афанасьев Вася – 3 место в весе 50 кг.<br/>Дьячков Миша – 2 место в весе -55 кг.<br/>Павлов Ариан – 3 место в весе – 60 кг.<br/>Семенов Слава – 3 место в весе свыше 65 кг.</p> | 22.12.2017      | Копырин И.И.        |            |
| 2 | <p>Соревнования по спортивной гимнастике на призы "Деда мороза" и первенство города среди юношей. Приняли участие 71 мальчиков гимнастов.</p>  | 22.12.2017      | Кривошапкин<br>У.П. |            |
| 3 | <p>Первенство Республики "предновогодние старты" по легкой атлетике (прыжок в высоту). Приняли участие всего 20 высотников. 2002-03 (девочки)</p>  | 23.12.2017      | Нечаев П.А.         |            |

|   |   |            |                |  |
|---|---|------------|----------------|--|
|   | Агафонова Лиза, 155 м., 1 место, выполнила 2 разряд)<br>Ярыгина Ксения – 150 м., 3 место, выполнила 2 разряд)<br>2000-01 (мальчики Летунов Сергей, 175 м, 1 место, выполнил 2 разряд) |            |                |  |
| 3 | Соревнования по спортивной гимнастике на призы "Деда мороза" и первенство города среди девочек. Приняли участие всего 63 гимнастки.   | 24.12.2017 | Ощепкова Л.Л.  |  |
| 4 | Внутришкольный турнир по баскетболу на призы "Деда мороза". Приняли участие все группы по баскетболу.   | 24.12.2017 | Вострецов А.В. |  |

И.о. директора



Л.А. Романова



Перед «Игрой Манчаары-2021» был назначен старшим тренером сборной команды г. Якутска. Провел сборы, было приложено много усилий для подготовки спортсменов-масрестлеров.

Наши усилия не прошли даром, команда впервые в истории г. Якутска стала победителем в соревновании по мас-рестлингу (4 золота, 3 серебра, 2 бронзы из 14 возможных).



Ministry of Physical Culture and Sports of the Sakha Republic (Yakutia)  
M.K. Ammosov North-Eastern Federal University  
Institute of Sports and Physical Education  
Department of Mas-wrestling and National Sports and Games  
Churapcha State Institute of Physical Culture and Sports  
Vasily Manchaary Republic's Center of National Sports



# CERTIFICATE

of participating in the International Scientific and Practical Conference  
“Mas-wrestling as a Combat Sport: Formation, Development and Promotion”  
in the frame of the 3d World Mas-Wrestling Championship

*Григорьев И.И., тренер СВФУ дод. Проценко И.И., Инженер*

Minister of Physical Culture and Sports of SR(Ya)

Innokenty Yu. Grigoriev

Director of the Institute of Sports and Physical Education, NEFU

Dmitry N. Platonov

Yakutsk, 23 November 2018



СПОРТ  
НОРМА  
ЖИЗНИ

# СЕРТИФИКАТ

на сумму 40 000 (сорок тысяч) рублей  
выдан тренеру сборной команды по мас-рестлингу  
XXI Спартакиады по национальным видам спорта  
«Игры Манчаары»,  
с. Бердигестях Горного улуса, 6-11 июля 2021 г.



Глава ГО «город Якутск»

*Григорьев* Е.Н. Григорьев

июль 2021 года  
г. Якутск



«Администрация наслега Хатассы» МКУ ГО «город Якутск»

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о внесении в Книгу Почета  
села Хатассы

ВЫДАНО

**Копырину Ивану Ивановичу**  
тренеру-преподавателю по мас тардыһыы  
МБУ ДО ДЮСШ № 1

В НОМИНАЦИИ

**«Формула успеха»**

Основание: Приказ Главы  
«Администрация наслега Хатассы»  
МКУ ГО «город Якутск»  
№ 2 от 12 января 2018 г.

Глава «Администрация наслега  
Хатассы» МКУ ГО «город Якутск»



П.А. Козлова



«Администрация наслега Хатассы» МКУ  
городского округа «город Якутск»

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о внесении в Книгу Почета  
лучших спортсменов наслега Хатассы  
по итогам 2017 - 2018 года


в номинации

«Лучший спортсмен»  
(пауэрлифтинг)

**Копырин Иван Иванович**  
тренер-преподаватель ДЮСШ 1 г. Якутск

Основание: Приказ Руководителя  
«Администрация наслега Хатассы»  
МКУ ГО «город Якутск»  
№ от 24 декабря 2018 г.

Руководитель  
«Администрация наслега Хатассы»  
МКУ ГО «город Якутск»

 Е.П. Пермяков

24 декабря 2018 г.  
с. Хатассы



«Администрация наслега Хатассы» МКУ  
городского округа «город Якутск»

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о внесении в Книгу Почета  
лучших спортсменов наслега Хатассы  
по итогам 2020 года

в номинации

**«ЛУЧШИЙ СПОРТСМЕН»**  
(пауэрлифтинг)

**Копырин Иван Иванович**  
старший тренер-преподаватель ДЮСШ 1  
г. Якутска

Основание: Приказ Руководителя  
«Администрация наслега Хатассы»  
МКУ ГО «город Якутск»  
№ 95 от 24 декабря 2020 г.

Руководитель  
«Администрация наслега Хатассы»  
МКУ ГО «город Якутск»



Е.П. Пермяков

с. Хатассы



МИНИСТЕРСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ  
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА  
ИМЕНИ ВАСИЛИЯ МАНЧААРЫ»

# ГРАМОТА

НАГРАЖДАЕТСЯ

**КОПЫРИН ИВАН ИВАНОВИЧ**

г. Якутск - Хатас

Занявшая II место среди мужчин (весе.)  
в весовой категории +75 кг.  
республиканское дистанционное соревнование по  
отдельным упражнениям подготовки  
спортсмена-масрестлера

Главный судья  Колодезников П.В.

Главный секретарь  Николаева К.А.

17-22 ноября 2020г.

г.Якутск

Юбилейный год празднования Великой Победы  
ГОД ПАТРИОТИЗМА  
в Республике Саха (Якутия)



# OPEN EUROPE CUP WPC/AWPC/WAA

powerlifting, benchpress, deadlift,  
multy-repeat benchpress and armlifting



MOSCOW • 1-3 JUNE 2018

## DIPLOMA



**Kopirin Ivan 1 place 82.5kg.**

Total: 180kg. Glossbrener: 136,89837 Age: Masters 50-54  
Division: AWPC raw DL

PROMOTER

/  / Igor Umerenkov



СИЛАРУКОВ  
WWW.SILARUKOV.RU



ЖЕЛЕЗНЫЙ  
МИР  
POWER PRO

RUSSIA  
POWERLIFTING



WWW.WPCRUSSIA.RU



Дума г.Владивостока



# OPEN ASIA CHAMPIONSHIP WPC / AWPC IN MEMORY OF LAPTENOK DIPLOMA

This is to certify that Kopyrin Ivan has  
successfully competed and won 1 place

nomination: AWPC raw DL  
age class: Masters 50-54  
weight category: 75 kg

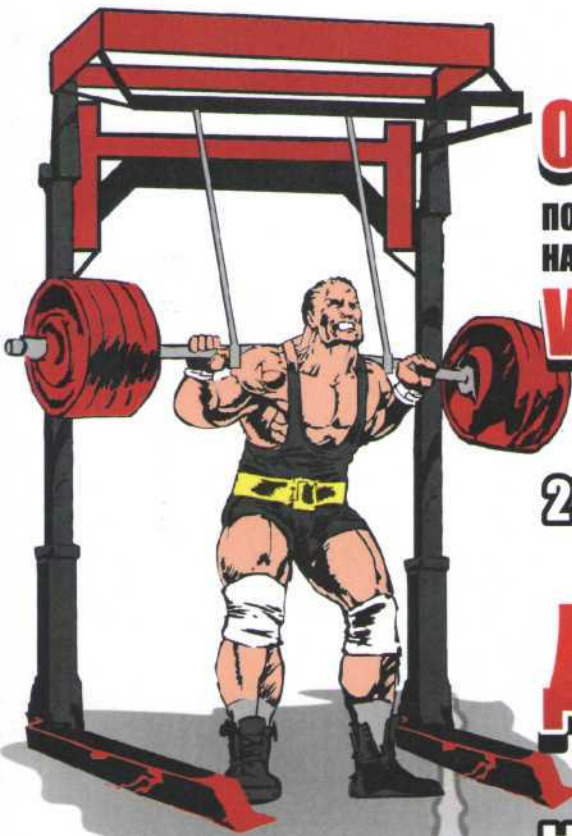
total: 170 kg

points: 136,3673 by Glossbrenner coefficient



VLADIVOSTOK RUSSIA





# ОТКРЫТЫЙ КУБОК РОССИИ

ПО ПАУЗРЛИФТИНГУ, ЖИМУ ЛЕЖА, СТАНОВОЙ ТЯГЕ,  
НАРОДНОМУ ЖИМУ И АРМИЛФТИНГУ

## WPA/AWPA/WAA



22-23 сентября 2018г.

# ДИПЛОМ

награждается



За 1 место  
Копырин Иван

в дивизионе AWPA DL raw,  
весовой категории до 82.5 кг,  
возрастной группе Мастера 50 - 54  
с результатом 175 кг

Главный судья /  / Игорь Умеренков

# WWW.WPCMOSCOW.RU



**XIV. Общественная деятельность (работа в профкоме экспертной комиссии общественной организации, методических объединениях, выполнения функций наставника (результативность стажера-подчиненного) и т.д.)**

## ОБЩЕСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Член профкома с 2016 года, активно участвую во всех проводимых мероприятиях: в субботниках, парадах, соревнованиях, походах, праздниках и т. д. Каждый год проводили воспитанникам младшей группы эстафеты на призы Деда Мороза под Новый год, всем выдавались призы-подарки от профкома школы. Участвовал на Спартакиаде работников профсоюза Республики Саха (Якутия), соревновался по гиревому спорту и перетягиванию каната.

Был членом аттестационной комиссии и ГО, ПБ, по праздникам дежурил.

Мною проводились родительские собрания, где обсуждались планы работы и другие вопросы, а также устраивал товарищеские встречи по мас-рестлингу между командами ДЮСШ №1 и ДЮСШ №7 с. Хатассы, классный час в Хатасской СОШ. Приглашал ведущих тренеров, спортсменов-масреслеров, ветеранов Республики, они рассказывали об истории, о перспективах мас-рестлинга, о важности здоровья спортсменов, о режиме и питании и т. д.

Каждой весной с воспитанниками устраивали походы, где мы проводили итоги учебного года. Вручал им грамоты и подарки по результатам сезона, а также устраивали соревнования по мас-рестлингу, футболу, бегу по склону холма (победитель получал лучший приз).

Участвовал во всех проводимых соревнованиях, уборках территории села Хатассы, в онлайн-соревновании по гиревому спорту стал Абсолютным чемпионом села. В онлайн республиканском турнире по многоборью среди ветеранов занял 2 место (подтягивание, отжимание, подъем туловища, прыжок в длину с места).

Составил:



Копырин И. И.

*Заведующий. Мухоморова С. И. Копырин И. И.*



## ПРИКАЗ

« 20 » мая 2019 г.

№01-08/20

### **О создании спортивного оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1**

В соответствии с Распоряжением Окружной администрации город Якутска «Об обеспечении отдыха и оздоровления детей в 2019 году на территории городского округа «город Якутск»» № 588р от 09 апреля 2019 г., и приказа Управления образования Окружной администрации города Якутска «Об открытии оздоровительных лагерей дневного пребывания, закрепленных за муниципальными образовательными учреждениями городского округа «город Якутск» в 2019 году, ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Создать 1-ю смену СОЛ с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1 из числа учащихся школы в количестве 90 человек на период с 05 по 28 июня 2019 года на 22 дня при шестидневной рабочей неделе с 09.00 ч. до 15.00 ч.

2. Утвердить «Положение о СОЛ с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1;

3. Утвердить режим дня СОЛ с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1;

4. Утвердить должностную инструкцию начальника спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1;

5. Утвердить Инструкцию по правилам поведения детей в пришкольном лагере дневного пребывания;

6. Назначить тренерами-преподавателями СОЛ с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1 следующих работников с оплатой учебной нагрузки 18 часов:

- Винокуров В.П. – начальник лагеря;
- Нифонтова И.А. – медицинская сестра;
- Баскетбол – Курбанова А.А., - 18 детей
- Бокс - Протодьяконов С.П., Слепцов А.С. – 27 детей
- Спортивная гимнастика - Ощепкова Л.Л., Данилова Л.Р., - 15 детей

- Черкашин П.Н. – 15 детей

- Национальные виды - Копырин И.И. – 15 детей.

7. Возложить ответственность за сохранность жизни и здоровья детей, соблюдение техники безопасности в период пребывания детей в лагере и проведения мероприятий, экскурсий, культпоходов на начальника лагеря и тренеров-преподавателей СОЛ с дневным пребыванием детей «Лидер» на базе МБУ ДО ДЮСШ №1;

8. Начальнику лагеря (Винокуров В.П.):

8.1. В срок до 31 мая 2019 года подготовить помещения для функционирования лагеря и приема детей;

8.2. Создать необходимые условия для воспитательной и оздоровительной работы в спортивно-оздоровительном лагере.

8.3. Принять все необходимые меры по созданию условий для безопасного пребывания детей в лагере.

8.4. Подготовить необходимые нормативно-правовые акты, обеспечивающие функционирование детского спортивно-оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей.

8.5. В срок не позднее 1 июля 2019 г., предоставить отчетные данные по численности детей, охваченных летним отдыхом.

9. Обеспечить полноценное питание детей спортивно-оздоровительного лагеря «Лидер» в МОБУ СОШ №5 г. Якутска (директор Кычкина А.А.) из выделяемых средств субсидии их государственного бюджета;

10. Программисту (Сивцев В.Е.) разместить на сайте МБУ ДО ДЮСШ №1 информацию о деятельности СОЛ с дневным пребыванием детей «Лидер»;

11. Секретарю (Александрова Т.М.) в срок до 01 июня 2019 г. довести приказ до сведения ответственным лицам под подпись;

12. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор



В.Г. Черов

С приказом ознакомлены:

✓ Винокуров В.П.  
✓ Нифонтова И.А.  
✓ Протодьяконов С.П.  
Ощепкова Л.Л.



✓ Данилова Л.Р.  
✓ Черкашин П.Н.  
✓ Копырин И.И.  
✓ Курбанова К.А.  
✓ Сивцев В.Е.  
✓ Александрова Т.М.





Детско-юношеская спортивная школа №1

# ГРАМОТА

**НАГРАЖДАЕТСЯ**

*Кологрин Иван Иванович*

*За активное участие в отдыхе и оздоровлении  
детей в лагере "Лидер"  
при МБУ ДО ДЮСШ №1*

Начальник лагеря  
Директор

*В.П.Винокуров*  
*В.Т.Черов*



г. Якутск, 28.06.2019г.





ул. Дзержинского 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

## ПРИКАЗ

« 23 » сентября 2021 г.

№01-08/ 66

г. Якутск

### О создании аттестационной комиссии по проведению аттестации педагогических работников

В целях установления соответствия уровня квалификации педагогических работников, подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям на основе оценки их профессиональной деятельности,

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Создать аттестационную комиссию по проведению аттестации педагогических работников, в следующем составе:

Председатель – Качановская О.Е., зам. директора по УВР;

Секретарь – Данилова Л.Р., тренер-преподаватель;

Члены комиссии:

Романова Л.А., методист;

Нифонтова И.А., председатель профкома;

Ощепкова Л.Л., старший тренер-преподаватель отделения спортивной гимнастики (дев);

Винокуров В.П., старший тренер-преподаватель отделения спортивной гимнастики (мальч.)

Копырин И.И., старший тренер-преподаватель отделения национальных видов спорта.

2. Работу аттестационной комиссии назначить на 27 сентября 2021 г.

И.о. директора



С приказом ознакомлены:

Качановская О.Е.

Данилова Л.Р.

Романова Л.А.

Нифонтова И.А.

Л.А. Бурцева

Ощепкова Л.Л.

Винокуров В.П.

Копырин И.И.



# ГРАМОТА

НАГРАЖДАЕТСЯ

Команда ДЮСШ № 1

занявшая 1 место

в Спартакиаде Управления физической  
культуры и спорта города Якутска  
в общекомандном зачете



К.С. Бурцев

г.Якутск - 2018г.







677000, г. Якутск, ул. Дзержинского, 5 тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dush1ykt@mail.ru](mailto:dush1ykt@mail.ru)

от «18» января 2021 г.

№01-08/03

## Приказ

### О создании комиссии по КЧС и ПБ

В соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 30.12.2003 г. № 794 «О единой государственной системе предупреждение и ликвидации чрезвычайных происшествий», в целях обеспечения постоянной готовности органов управления организации к быстрым и эффективным действиям в случае возникновения экстремальной обстановки, вызванной авариями, катастрофами и стихийными бедствиями, а также уменьшения ущерба от них и ликвидации последствий чрезвычайных происшествий,

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Создать комиссию по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности (КЧС и ПБ) в организации в следующем составе в Приложении №1:

председатель КЧС и ПБ – директор ДЮСШ №1 Цыпандин Н.Г.;

заместитель председателя КЧС и ПБ - заместитель директора по УВР  
Качановская О.Е.;

члены комиссии: заместитель директора по АХР - Николаев П.П., главный бухгалтер - Бурцева Л.А., начальник звена радиационной, химической и биологической защиты объекта - Батура А.Н., начальник службы убежища и укрытий объекта КЧС и ПБ – Чачуа Д.К., начальник звена оповещения – Сивцева В.Е., командир спасательного звена - Копырин И.И., начальник медицинского звена – Нифонтова И.А., секретарь КЧС и ПБ – Романова Л.А.

2. Утвердить Положение о КЧС и ПБ организации в Приложении №2;

3. Утвердить функциональные обязанности должностных лиц КЧС и ПБ в Приложении №3;

4. Работнику, уполномоченному на решение задач в области ГО и ЧС разработать:

- план-график КЧС и ПБ в чрезвычайных ситуациях;

- схему оповещения и сбора личного состава КЧС и ПБ;

- установить, что решения комиссии по вопросам ее компетенции являются обязательными для исполнения всеми структурными подразделениями организации.



## ПРИКАЗ

«04» сентября 2020 г.

01-08/28

### О мерах противопожарной безопасности в ДЮСШ №1

В целях предупреждения чрезвычайных ситуаций по противопожарной безопасности,

#### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Назначить ответственными лицами за пожарную безопасность МБУ ДО ДЮСШ №1 на 2020-2021 учебный год:

1.1 Николаева Петра Петровича, заместителя директора по АХР.

1.2 по зданию №1 – Сыромятников Д.Д., - специалист по ОТ;

1.3 по зданию №2 – Винокуров В.П., - старший тренер-преподаватель отделения спортивной гимнастики;

2. Назначить добровольно - пожарную дружину в составе:

- Гуляев С.В. – тренер-преподаватель по легкой атлетике
- Бережнев С.И. – тренер-преподаватель по боксу
- Слепцов А.С. - тренер-преподаватель по боксу
- Батура А.Н. – тренер-преподаватель по боксу
- Калинин А.В. - тренер-преподаватель по боксу
- Игнатьев А.Н. – тренер-преподаватель по боксу
- Кривошапкин У.П. – тренер-преподаватель по спорт.гимнастике
- Черкашин П.Н. – тренер-преподаватель по спорт.гимнастике
- Копырин И.И. - тренер-преподаватель по мас-реслингу
- Нечаев А.П. – тренер-преподаватель по легкой атлетике
- Атаков С.С. - тренер-преподаватель по легкой атлетике
- Слепцов Д.И. - водитель
- Дьячковский А.П. – рабочий
- Никифоров Л.Г.- уборщик территорий
- Нифонтов А.А. – уборщик служебных помещений
- Никулин П.П.- сантехник
- Карманов Г.Г. – тренер-преподаватель по спортивной гимнастике

Директор

Н.Г. Цыпандин

с приказом ознакомлены:

Вострецов А.В.  
Винокуров В.П.  
Гуляев С.В.  
Бережнев С.И.  
Слепцов А.С.  
Батура А.Н.  
Карманов Г.Г.

Калинин А.В.  
Игнатьев А.Н.  
Кривошапкин У.П.  
Черкашин П.Н.  
Копырин И.И.  
Нечаев А.П.

Атаков С.С.  
Слепцов Д.И.  
Дьячковский А.П.  
Никифоров Л.Г.  
Нифонтов А.А.  
Никулин П.П.



ул. Дзержинского, 5, г. Якутск, 677000, тел/факс. (4112)34-14-62, тел. (4112)42-01-05, e-mail: [dushlykt@mail.ru](mailto:dushlykt@mail.ru)

от «18» *января* 20 *21* г.

№01-08/ *04*

## Приказ

### О создании в ДЮСШ №1 не военизируемых формирований по ГО и ЧС

#### §1

При МБУ ДО ДЮСШ №1 создать не военизируемые формирования по ГО и ЧС:  
-звено пожаротушения;  
-звено медицинской помощи;  
-спасательное звено.

#### §2

Командиром звеньев назначить:

- 1.Пожаротушения - Вострецова Александра Васильевича;
- 2.Медицинской помощи – Нифонтову Ирину Андреевну;
- 3.Спасательного – Копырина Ивана Ивановича.

#### §3

Для укомплектования звеньев приказываю приписать следующих тренеров-преподавателей и технический персонал:

Звено пожаротушения: Вострецов А.В.-командир;  
Калинин А.В.-боец.

Звено медицинской помощи: Нифонтова И.А.-командир;  
Анисимова Н.Л.-боец;  
Ощепкова Л.Л.-боец;  
Лысак О.С.-боец.

Спасательное звено: Копырин И.И.-командир;  
Игнатьев А.Н.-боец;  
Бережнев С.И.-боец;  
Николаев Н.Е.-боец.

Данный приказ довести до работников ДЮСШ №1 под роспись.

Директор



Н.Г. Цыһандян

**XV. Звания, награды, поощрения, благодарность,  
грант**



Окружная администрация города Якутска

## Благодарственное письмо

Тренеру победителей  
в общекомандном зачете  
по мас-рестлингу  
Копырину И.И.

*Уважаемый Иван Иванович!*

От имени Окружной администрации города Якутска и от себя лично выражаю Вам искреннюю благодарность и большую признательность за высокие спортивные достижения в XXI Спартакиаде по национальным видам спорта «Игры Манчаары».

Примите пожелания крепкого здоровья, счастья, благополучия, неиссякаемой энергии, успехов и новых блестящих побед!

С уважением,

Глава  
городского округа «город Якутск»

Е.Н. Тригорьев

г. Якутск, 2021 г.



# Благодарственное письмо

Уважаемый  
Иван Иванович!

Спасибо вам за ваш энтузиазм, упорство  
и настойчивость, за ваше безупречное мастерство  
и преданность своей профессии.

От души хотим вам пожелать достойных побед,  
грандиозных идей, крепчайшего здоровья,  
благополучия в личной жизни.



Н.И. Цыгандин

г. Якутск, 2021 г.

Муниципальное образование «Мегюренский наслег»



**СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПРИЗ  
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ТУРНИР  
ПО МАС-РЕСТЛИНГУ**

СРЕДИ ЮНОШЕЙ 2002-2003, 2004 гг.р. и  
МЛАДШЕ  
НА ПРИЗЫ

**НИКОЛАЯ ПРОКОПЬЕВИЧА  
СВИНОБОЕВА – ТЭРЭЛЭЙ**

*Ивану Прокопьеву за многолетний  
труд в воспитании подрастающего  
поколения в духе национальной  
самоорганизации*

Дата: 24.03.19  
Подпись:



Дьокуускай куорат Хатас нэһилиэгин дьаһалтата

# Махтал сурук

Убаастабыллаах Иван Иванович!

Элэй эһэбит Тыгын Тойон саҕаттан, Улуу Куданса кэммитэн Улуу Или тэрийэр, Дьылҕа Хаан ыйаабын уһансар – ытык бырааһынньыккытын ыраалаах ыһаахкытын тэрийсэн, дьонно-сэргэбэ, оҕоҕо-ыччакка төрүт култуурабытын тарҕатыыгатиэрдиигэ, көрү-нары көбүлээһингэ быйылгы Хотой Айыы сылыгар аналлаах «Үрүҥ тунах» Хатас ыһаабар үтүө сүбэн, улахан өйөбүлүн, көхтөөх кыттыын, кырата суох кылааккын киллэрсибиккин үрдүктүк сыаналаан барҕа махталбытын этэбит!

Кэлэр да кэмнэргэ Хатаспыт сирэ үүнэрин-сайдарын туһугар мэлдьи түмсүүлээх, тэрээһиннээх буоларбытыгар баҕарабыт. Ыһаах алгыһа киһи күүһүн уһугуннарар, киһи үтүө тыла айылҕа күүһүн салайар диэн өбүгэлэрбит бигэ өйдөбүллээхтэр. Ол сизэринэн сүргэбит көтөбүллэн, үгэн-сүктэн, айылгы алгыһын зийэхэ аныыбыт.

Ортотунан курданар, уһугунан дугунар ураанхай киһитэ буол.

Айылҕаҕа аһаҕас буол, күн сиригэр көндөй буол.

Үс кутун түмүллэн биэрдин, сүрүн күүһүрэн истин.

Санаан сайда турдун, тылын тылла турдун!

Билигэс эттэн, таайыгас сүрэхтэн.

Күөх отунан хаам, күн өттүгүнэн көһүн!

Дом!

Хатас нэһилиэгин баһылыга

*Иван Иванович* Е.П. Пермяков

Бэс ыйын 15 күнэ, 2019 с.



Саха Өрөспүүбүлүкэтэ  
Уус-Алдан улууһа (оройуона)  
«Лөгөй нэһилиэгэ» МТ



# Махтал сурук

Убаастабыллаах

Иван Иванович !

Лөгөй тойон сиригэр бэйэҥ, интэр, эрчийэр уолаттаргын “Лөгөй мадьыналар” күрэххэ аҕалан кытыннарбыккынан, күрэҥи сытыырхаппыккынан Лөгөй нэһилиэгин дьаһалтата уонна общественнаһа махталын тиэрдэр.

Эн, олус дьаныардаах үлэҥинэн, уолаттары, кыргыттары өбүгэ саҕаттан кэлбит мас тардыһытыгар дьарыктаан, кинилэр олоххо бэринилээх, кытаанах санаалаах, тулуурдаах дьон үтүөтэ буолалларын ситиһэҥи, кырата суох кылааккын киллэрсэргинэн астынабыт, Саха ыччата үтүөкү өттүнэн сайдарын иһин киэн туттабыт.



«Лөгөй нэһилиэгэ» МТ  
баһылыга:

*М. Местн.*

М.В. Местников

Ахсынньы 7-8 күннэрэ, 2019 с.

Саха Өрөспүүбүлүкэтэ  
Уус-Алдан улууһа (оройуона)  
«Лөгөй нэһилиэгэ» МТ



## Махтал сурук

Убаастабыллаах Иван Иванович!

Эйигин, Лөгөй Тойон сиригэр  
ытытылыбыт республиканскай “Лөгөй  
Мадьыналара” күрэх үрдүк таһымна  
ааһарыгар күүс-көмө буолбуккар Лөгөй  
нэһилиэгин дьаһалтата уонна  
общественнаһа махтанар.

Баҕарабыт өссө да таһаарыылаахтык  
үлэлээн, араас таһымнаах күрэхтэри  
үрдүк таһымна ытаргытыгар.

Дьэ-кэргэннитигэр дьоллоох олобу.

МТ баһылыга:



М.В. Местников

Ахсынньы ыйын 2 күнэ, 2018 с.



Саха Республиката  
Уус-Алдан улууһа (оройуна)  
«Лөгөй нэһилиэгэ» МЭП

# Махтал сурук

Убаастабыллаах *Иван Иванович!*

Эйигин, Легей Тойон сиригэр ытыллыбыт республиканскай «Легей мадьыналара» курэххэ бэйэн дьарыктыыр оболоргун аБалан кытыннаран, курэ5и киэргэппиккэр, Легей нэһилиэгин дьаһалтата уонна общественнаа махтанар.

Эһиги дьарыктаабыт оболоргут угус элбэх араас таһымнаах курэхтэргэ сэмэй ситиһилэрэ бу буолар Эһиги, улахан спортка ситиһиигит.

БаБарабыт ессе да таһаарыылаахтык улэлээн, элбэх обону спортка угуйан, чел олохтоох, туруктаах буолалларыгар тирэх буолуц.

Дьизэ-кэргэцигэр дьоллоох олобу.

«Лөгөй нэһилиэгэ»

МТ баһыта



*Мест*

М.В. Местников

Ахсынньы ыйын 3 күнэ, 2017 с.

**Мастер спорта**

по Тяге становой



Ф. Копырин

И. Иван

№ 2340 200920

О. Иванович



**ОРГАНИЗАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА WPF РОССИИ**



**WORLD  
POWERLIFTING  
FEDERATION**

дата присвоения звания 20 сентября 2020 г.

Президент WPF России

Ю. В. Соловьёв



Министерство физической культуры  
и спорта Республики Саха (Якутия)

УДОСТОВЕРЕНИЕ № 494

Копырин Иван Иванович

является мастером спорта Республики Саха (Якутия)

по перетягиванию палки

Министр ФК и С:

[Signature]



Приказ Министерства ФК и С

№ 177-00 от « 17 »

декабря 199 7 года.

[Signature]  
(подпись)

Примечание: Значок и удостоверения не восстанавливаются.

ТИП. Зак. 695-500





## **XVI. Повышение квалификации**

# ДИПЛОМ

О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

000000050100

Документ о квалификации

Регистрационный номер **49127**

Город **Смоленск**

Дата выдачи **25 марта 2020 г.**

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

**Копырин**

**Иван Иванович**

**с 22 января 2020 г. по 25 марта 2020 г.**  
прошел(-ла) профессиональную переподготовку в (на)

**ООО «Инфоурок»**

**по программе**

**«Организация тренерской деятельности по  
физической культуре и спорту»**

Решением от

**25 марта 2020 г.**

диплом предоставляет право  
на ведение профессиональной деятельности в сфере

**физической культуры и спорта  
и подтверждает присвоение квалификации  
Тренер-преподаватель**



Председатель комиссии

Руководитель

Секретарь

**Розанова Н.Н.**

**Гайдыш Ю.В.**

**Воробей А.С.**

## Приложение к диплому

Фамилия, имя, отчество **Копырин**

**Иван Иванович**

уровень базового образования **высшее образование**

(высшее, среднее профессиональное)

с **22 января 2020** г. по **25 марта 2020** г.

прошел(-ла) обучение в **ООО «Инфоурок»**

(наименование образовательной организации)

дополнительного профессионального образования)

по программе **Организация тренерской деятельности по физической**

(наименование программы)

**культуре и спорту, разработанной в соответствии с ФГОС и Федеральным**

дополнительного профессионального образования)

**законом №273-ФЗ**

прошел(-ла) стажировку в (на) **МБУ ДО ДЮСШ №1 г. Якутска**

(наименование предприятия,

организации, учреждения)



Сведения о содержании и результатах освоения программы профессиональной переподготовки:

| Наименование   | Количество часов | Оценка  |
|--|------------------|---------|
| Правовые основы деятельности в сфере физической культуры и спорта  | 18               | Хорошо  |
| Основы педагогики  | 18               | Хорошо  |
| Основы возрастной психологии   | 18               | Хорошо  |
| Педагогика физической культуры и спорта  | 18               | Хорошо  |
| Анатомия   | 18               | Отлично |
| Физиология.  | 18               | Хорошо  |
| Гигиенические основы физической культуры и спорта  | 18               | Хорошо  |
| Основы валеологии  | 18               | Хорошо  |
| Спортивная психология  | 18               | Хорошо  |
| Основы биомеханики   | 18               | Хорошо  |
| Планирование и организация учебно-тренировочного процесса  | 18               | Зачтено |
| Теория и методика обучения основным видам физкультурно-оздоровительной деятельности: футбол, легкая атлетика, гандбол, плавание, баскетбол, волейбол | 40               | Зачтено |
| Осуществление учебно-тренировочного процесса и спортивная подготовка спортсмена  | 18               | Зачтено |
| Стажировка   | 30               | Зачтено |
| Итоговый экзамен   | 14               | Хорошо  |

Всего: 300 часов

Руководитель образовательной организации

Секретарь

Гайдыш Ю.В.

Воробей А.С.

М.П.



000000050100



Удостоверение является документом автономного образовательного учреждения Республики Саха (Якутия) дополнительного профессионального образования «Институт развития образования и повышения квалификации имени С.Н. Донского-II»

Документ о квалификации

Регистрационный номер 14161 3066

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

О КРАТКОСРОЧНОМ ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение подтверждает то, что

Копырин Иван Иванович,  
Тренер преподаватель МБУ  
ДО, ДЮСШ №1 г. Якутск

с «29» 11 по «02» 12 2017 г.

прошел (а) повышение квалификации в АОУ РС(Я) ДПО «ИРО и ПК имени С.Н. Донского-II»

по дополнительной профессиональной программе

Фундаментальные курсы  
Тренеров преподавателей

в объеме 72 часов.

Лицензия Министерства образования Республики Саха (Якутия) № 0940 от 11.06.2015 г.



Директор .....

Руководитель курса .....

Дата выдачи «29» 12 2017 г.

г. Якутск



Удостоверение является документом автономного образовательного учреждения Республики Саха (Якутия) дополнительного профессионального образования «Институт развития образования и повышения квалификации имени С.Н. Донского-II»

Документ о квалификации

Регистрационный номер 14161 424

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

О КРАТКОСРОЧНОМ ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение подтверждает то, что

Копырин Иван Иванович,  
Тренер преподаватель МБУ  
ДО, ДЮСШ №1 г. Якутск.

с «15» 04 по «20» 04 2019 г.

прошел (а) повышение квалификации в АОУ РС(Я) ДПО «ИРО и ПК имени С.Н. Донского-II»

по дополнительной профессиональной программе

Педагогические требования к совр.  
тренеру по физик. культуре и к  
формированию навыков ЗОЖ

в объеме 72 часов.

Лицензия Министерства образования Республики Саха (Якутия) № 0940 от 11.06.2015 г.



Директор .....

Руководитель курса .....

Дата выдачи «15» 04 2019 г.

г. Якутск